

গৃহস্থালী ।

(প্রথম ভাগ ।)



“চতুর্থাংশমাগং হি গার্হস্থ্যং শ্রেষ্ঠমাশ্রমম্ ।”

শ্রীবিপ্রদাস মুখোপাধ্যায় দ্বারা সম্পাদিত ।

কলিকাতা—১৫৫১ নং মণিকতলা স্ট্রীট, চট্টোপাধ্যায়
ডাক্তার শ্রীহরনাথ বসু কর্তৃক প্রকাশিত ।

কলিকাতা ।

১৩ নং রামনারায়ণ ভট্টাচার্য্যের লেন,

গ্রেট ইন্ডিয়ান প্রেস

শ্রীঅমৃতলাল মুখোপাধ্যায় দ্বারা মুদ্রিত

সন ১২৯৩ সাল ।

সূচী।

২৪৭

বিষয়।	পৃষ্ঠা।
গার্হস্থ্য	১
বর্ষাকালে স্বাস্থ্যের প্রতি দৃষ্টি	৪
স্মৃতিকা গৃহ	১০
গো-জাতিব উদরাময় রোগ	১৪
সুবর্ণের অলঙ্কারে রঙ করিবার নিয়ম	১৯
মলিন বস্ত্র ধৌত করিবার নিয়ম	২০
আম্রের ঘোড়কলম বাঁধিবার নিয়ম	২২
নাসিকা হইতে হটাৎ রক্তস্রাব	২৫
গর্ভাবস্থায় গর্ভিণীক কৰ্ত্তব্য	২৯
গো-জাতিব রক্তামাশয়	৩৫
দিক্ নির্ণয়	৩৮
মুষ্টিযোগ	৪১।৮২।১৬৫।২৮৫
কাচ অথবা চিনের পাত্র জুড়িবার উপায়	৪২
ভারপোকা মারিবার উপায়	৪৪
কৃষি কার্যে গৃহস্থগণের দৃষ্টি রাখা উচিত	৪৫
গর্ভস্রাব সম্বন্ধে সাবধানতা	৪৯
জলমগ্ন	৫৭
জুতা ব্রসের কালী ও বস্	৬২
ইট প্রস্তুত করিবার নিয়ম	৬৭
বেলের গুণ ও রোপণ প্রণালী	৭৫
গবাদি পশুব ঐসে ঘা	৭৮
বাতাবী লেবুর রোপণ প্রণালী	৮৪
চিনি প্রস্তুত	৮৯
বিবিধ তত্ত্ব	৯১।১৬৮।২৮৫
কৃষি ব্যবহার্য্য-সাব	৯২

বিষয়।	পৃষ্ঠা।
বঙ্গে একান্নবর্তী পরিবার . . .	৯৪
অগ্নিদাহ . . .	৯৯
আসন্ন প্রসবার সম্বন্ধে কর্তব্য . . .	১১১
বিষ প্রয়োগে গো-জাতির জীবন নষ্ট . . .	১১৭
অশ্ব পালন . . .	১২১
দূষিত খাদ্য নিরূপণ . . .	১২৫
ভিত্তি বা বনিয়াদ . . .	২১৯
নিধিবার কালী . . .	১৩৫
রন্ধিণ কালী . . .	১৩৭
বেগুণে কালী . . .	১৩৮
লাল কালী . . .	১৩৮
হরিদ্রা রঙের কালী . . .	১৩৮
সোণালী বা সোণা রঙের কালী . . .	১৩৮
গুঁড়া কালী . . .	১৩৯
দেশী কালী . . .	১৩৯
অদৃশ্য কালী . . .	১৩৯
ভূমি বা মৃত্তিকা . . .	১৪১
দাড়িষ . . .	১৪৪
গৃহ পরিষ্কার . . .	১৪৭
ম্যাকাসাব অয়েল . . .	১৫২
সুগন্ধ তৈল . . .	১৫৫
কেশহীনতা বা টাক . . .	১৫৭
গো-শালা . . .	১৬৩
দেওয়ালেব প্রস্ত নির্ণয় . . .	১৬৯
কীট পতঙ্গাদির দংশন . . .	১৭৭
শুগাল কুকুরাদির দংশন . . .	১৭৯
সর্পাঘাত . . .	১৮১

বিষয় ।	পৃষ্ঠা
অশ্বপালক বা সহিদেব কৰ্ত্তব্য	১৮৬
গো-জাতিৰ বসন্ত ৰোগ	১৯১
গোলাপী আঁতৰ	১০০
খিলান	১০২
দস্ত ৰক্ষণ	১১১
পৰিচ্ছদ	১২২
তুণ্ড	১২৯
উত্তিদ্ভাত খাদ্য	২৩৫
স্নান বিধি	২৩৯
আহাৰেৰ স্বব্যবস্থা	২৪৩
মাদক দ্ৰব্য	২৪৮
অহিফেণ বা আফিম	২৪৯
সিদ্ধি বা ভাঙ	২৫০
ওলাউঠাৰ সময় সাবধানতা	২৫১
কুৰ্মি	২৫৭
গবাদি পশুৰ কাশ ৰোগ	২৫৯
ধাত্ৰী বা শিশুপালিকা	২৬২
ৰোগীৰ পৰিচৰ্গ্যা	২৬৬
কৃষকেৰ কাৰ্য্য	২৬৯
সশাব চাষ	২৭৫
পিপাৰ মেটেব চাষ	২৭৬
চৈ	২৭৭
পুদিনা	২৭৭
পুঁটশাক	২৭৮
কলার আবাদ	২৭৮
অশ্ব শাসন	২৮১
অশ্বের শয্যা বচনা	২৮৪

বাগবাজার

রাড্ডি নাইক



ডাক সংখ্যা

২৪৭

পরিগ্রহণ সংখ্যা

৩০০৩

“চতুর্নামাশ্রমাণাং হি গার্হস্থ্যং শ্রেষ্ঠমাত্মনাম্।”

পরিগ্রহণের তারিখ

২২-৭-০৫

আমি আমিগণ চতুর্বিধ আশ্রম করিয়া গিয়াছেন। তন্মধ্যে গৃহ-
 স্থাপ্রমই সর্ব প্রধান। ধর্ম্মার্থ-কাম-মোক্ষ চতুর্বর্গ সাধনের স্থল গৃহস্থাপ্রম।
 গৃহস্থাপ্রমে সকল প্রকার সাধনা হইতে পারে। এই জন্যই শাস্ত্রকারেরা
 এই ‘আশ্রমকে অতি আদরের স্থান বলিয়া নির্দেশ করিয়া গিয়াছেন।
 বাস্তবিক গৃহস্থাপ্রমের কার্য্য অত্যন্ত গুরুতর। বিশেষ পারদর্শী
 না হইলে এই আশ্রমের উন্নতি সাধন করা অত্যন্ত কঠিন। গৃহস্থের
 একটা নির্দিষ্ট কার্য্যের সীমা নাই। এই জন্যই কোন বহুদর্শী পণ্ডিত
 গার্হস্থ্যের সহিত রাজত্বের তুলনা করিয়া গিয়াছেন। অল্প সংখ্যক
 পরিবারের উপর কর্তৃত্ব গার্হস্থ্য এবং বহু সংখ্যক পরিবারের উপর আধিপত্য
 করাকে রাজত্ব বলা যায়। সুতরাং এক একটা পরিবারকে এক একটা
 ক্ষুদ্র রাজত্ব বলিলেও বড় দোষ হয় না। রাজার হস্তে যে রূপ বহু সংখ্যক
 পরিবারের সুখ দুঃখ—উন্নতি অবনতি নির্ভর করে, সেইরূপ—গৃহের কর্তার
 প্রতিও তাঁহার অধীনস্থ পরিবারমণ্ডলীর শুভাশুভ নির্ভর করিয়া থাকে।
 ফলতঃ গৃহস্থের কার্য্য অত্যন্ত গুরুতর; গৃহের কর্তাকে কখন রাজার
 ত্রায় কর্তৃত্ব করিতে হয়—কখন ব্যবস্থাপকের ত্রায় ব্যবস্থা প্রণয়ন করিতে
 হয়—কখন বিচারপতির ত্রায় বিচার করিতে হয়—কখন শিক্ষকের ত্রায়
 শিক্ষাদান করিতে হয়—কখন সূচিকিৎসকের ন্যায় রোগের চিকিৎসা করিতে
 হয়—কখন দাস দাসীর ন্যায় পীড়িতদিগের সেবা সুশ্রদ্ধা করিতে হয়—
 কখন ধর্ম্মযাজকের ন্যায় ধর্ম্মোপদেশ দিতে হয়—কখন ধাত্রীর ন্যায় বালক
 বালিকাদিগকে প্রতিপালন করিতে হয়—কখন গৃহনিয়ন্ত্রাতার ন্যায় গৃহাধি-
 নিয়ন্ত্রাণ করাইতে হয় এবং কখন ক্রবকের ন্যায় উদ্যানাদির

কার্যে মনোযোগ দিতে হয়। এইরূপে সাংসারিক সমুদায় ব্যাপারে গৃহস্থের অধিকার। তাহি বলি গৃহ-কার্য—অতিশয় গুরুতর।

গৃহস্থশ্রমে প্রত্যেক পরিবারের প্রতি ভিন্ন ভিন্ন কার্যের ভার অর্পিত থাকে। যাহার প্রতি যে কার্যের ভার অর্পিত থাকে, তিনি যদি তাহাতে পারদর্শী এবং কার্য-পটু হইলেন—তাহা হইলে গৃহস্থশ্রম যে, আনন্দ-ধাম হইয়া উঠে, তাহাতে আর সন্দেহ কি ?

গৃহস্থশ্রম মনুষ্যের জন্ম হইতে মৃত্যু পর্যন্ত শিক্ষার স্থল—কার্য-ক্ষেত্রে—সুখদুঃখের রঙ্গ-ভূমি এবং ধর্মার্থ-কাম-মোক্শের ক্রীড়া-ক্ষেত্র ; যত প্রকার আশ্রম আছে, তন্মধ্যে গৃহস্থশ্রমই সর্বপ্রধান। স্মরণ্য যাহাতে সেই আশ্রমের উন্নতি সাধিত হয়, তাহার চেষ্টা পাওয়া—গৃহ কার্যের সুশৃঙ্খলা সংস্থাপন করা—গৃহস্থশ্রমকে জীবনের একমাত্র শান্তি-পূর্ণ আশ্রয় করিবার ব্যবস্থা করা প্রত্যেক গৃহীর যে, একটা অবশ্য কর্তব্য কার্য, তাহা সকলেই একবাক্যে স্বীকার করিবেন।

গৃহস্থের কার্যের সীমা নাই, যে দিকে দৃষ্টি কর—সেই দিকেই গৃহস্থের কার্যক্ষেত্র—অনন্ত সংসারের গৃহস্থের অনন্ত কার্য বর্তমান। এইজন্ত মানব আজীবন কার্য করিয়াও গৃহ-কার্য শেষ করিতে সমর্থ হইলেন না।

মনুষ্য-লোকে সভ্যতালোক যে পরিমাণে বিকীর্ণ হইতে থাকে—গৃহস্থশ্রমও যে, সেই পরিমাণে উন্নতির দিকে ধাবিত হয়—তাহা জগতের ইতিহাসে অতি জলদক্ষরে লিখিত রহিয়াছে। মনুষ্যগণ আদিম অবস্থায় অত্যন্ত অসভ্য ছিল—পশুদিগের ন্যায় সংসারের সমুদায় কার্যে নির্লিপ্ত থাকিয়া—যদুচ্ছালক ফল, মূল এবং মৃগয়া-লব্ধ আম মাংস ভক্ষণ করিয়া কোন প্রকারে মানব জীবন প্রতিপালন করিত। স্মরণ্য সভ্য-বস্থায় সাংসারিক যে সকল সুখ স্বচ্ছন্দতা বৃদ্ধি হইয়া উঠিতেছে—তাহারা সে সকল সুখের ছায়াও স্পর্শ করিতে সমর্থ হইত না। ভক্তি-ভাজন পিতা মাতা, প্রীতি-দায়িনী সহধর্মিণী, স্নেহাকর্ষক পুত্র কন্যা, জীবনের সহায় ভ্রাতা ভগ্নী প্রভৃতি পরিবারবর্গের অকৃত্রিম সহবাস-জনিত সুখ তাহারা স্বপ্নেও অনুভব করিতে পারিত না। এক

একটি পরিবারের উন্নতি বা অবনতির উপর যে, এক একটি রাজ্যের শ্রীবৃদ্ধি নির্ভর হইয়া রহিয়াছে, তাহা বিবেচনা করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই স্পষ্ট বুঝিতে পারিবেন। ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অংশ লইয়াই কোন একটি সমষ্টি হইয়া থাকে, যদি সেই প্রত্যেক ক্ষুদ্রাংশ নানা প্রকার গুণযুক্ত হয়, তাহা হইলে সমষ্টিও যে, সেই গুণ-রাশির আধার হইবে, ইহা এক প্রকার জ্যামিতির অভ্রান্ত সিদ্ধান্ত স্বরূপ। সেইরূপ যখন প্রত্যেক পরিবার লইয়াই দেশ বা রাজ্য অথবা মানবজাতি, সুতরাং প্রত্যেক পরিবারে যে সকল অসাধারণ গুণগরিমা বা উন্নতির চিহ্ন দেখা যাইবে, তাহাদের সমষ্টিস্বরূপ জাতীয় জীবনেও যে, তাহার পূর্ণভাব প্রকটিত থাকিবে, তাহা কে অস্বীকার করিবে ?

স্ত্রী ও পুরুষ লইয়াই গৃহস্থাশ্রম—সুতরাং গৃহের প্রত্যেক কার্যের জন্যই যে, উভয়েই সমান দায়ী—তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই। আমরা প্রায় সর্বদা দেখিয়া থাকি, অনেক অর্ধাচীন গৃহস্থের দোষে সোণার সংসার অল্প দিনেই মথ্যে ছারখার হইয়া থাকে। কেহ কেহ অতুল ঐশ্বর্য্য লইয়াও সংসার সুখের স্থান করিতে পারেন না, আবার কেহ কেহ দরিদ্রাবস্থায় থাকিয়াও সুব্যবস্থার গুণে গৃহস্থালী সুখে স্থান করিয়া তুলেন। গৃহস্থালীর উন্নতি শিক্ষা সাপেক্ষ। প্রকৃত শিক্ষা প্রাপ্ত না হইলে মনুষ্য কখন কার্য্য-কুশল হইতে পারে না। মনুষ্য জন্ম হইতে মৃত্যু পর্য্যন্ত যে আশ্রমে অবস্থিতি করিয়া থাকে—যে শিক্ষা দ্বারা সেই আশ্রমের শ্রীবৃদ্ধি সাধন করিতে পারা যায়—তাহা শিক্ষা করা যে, প্রত্যেক ব্যক্তির পক্ষেই কর্তব্য তাহাতে অণুমাত্র সন্দেহ নাই।

আজ কাল অনেক প্রকার পুস্তক এবং সাময়িক পত্রিকার প্রচার আরম্ভ হইতে দেখা যায়, কিন্তু যাহাতে গৃহস্থালীর প্রকৃত উন্নতি হইতে পারে, এরূপ পত্রিকাদির সম্পূর্ণ অসম্ভাব দেখিয়া গৃহস্থালীর প্রচার আরম্ভ হইল। গৃহস্থালীতে গৃহস্থের শিক্ষোপযোগী প্রত্যেক বিষয় অতি বিশদরূপে লিখিত হইবে। এরূপ প্রয়োজনীয় পত্রিকা বাঙ্গালা ভাষায়— এই—নূতন।

স্বাস্থ্য অর্থাৎ শরীর-পালন, গৃহ-চিকিৎসা, গর্ভিণীর গর্ভাবস্থায় কর্তব্য, শিশু-পালন, গৃহপালিত গো, অশ্ব প্রভৃতি পশু এবং নানা প্রকার পক্ষীদিগের রক্ষণ, প্রতিপালন ও চিকিৎসা, রোগীদিগের সেবা-সুশ্রীষা, পথ্যাদির ব্যবস্থা, গৃহস্থের উপযুক্ত কৃষি, শিল্প, শুভাশুভ দিন নির্ণয়, হাট বাজার করা, গৃহ নিৰ্ম্মাণ এবং গৃহব্যবহার্য্য দ্রব্যাদি রক্ষণ প্রভৃতি সমুদায় জীবনের বাহ্য কিছু শিক্ষণীয় তৎসমুদায় গৃহস্থালীতে প্রকাশিত হইবে। প্রতিগৃহে যদি নূতন পঞ্জিকার আদর হইতে পারে, তবে গৃহস্থালী যে, সকলের নিকট আদরনীয় হইবে, তাহাতে কাহারও সন্দেহ নাই।

বর্ষাকালে স্বাস্থ্যের প্রতি দৃষ্টি ।*

এদেশে বর্ষাকালে অনেক প্রকার রোগের প্রাদুর্ভাব দেখিতে পাওয়া যায়। বর্ষার জলীয় বায়ু, মৃত্তিকার আর্দ্রতা এবং জল সংযোগে নানা প্রকার পদার্থ পচিয়া এক প্রকার দূষিত অস্বাস্থ্য-কর বিষয়ৎ বাষ্প উত্থিত হইয়া স্বাস্থ্যের ব্যাঘাত জন্মিয়া থাকে। জ্বর, পেটের পীড়া, বাত, কর্ণমূল-ফোলা এবং সর্দি, কফ, কাশি প্রভৃতি নানা প্রকার রোগের প্রাদুর্ভাব দেখিতে পাওয়া যায়। বিশেষতঃ এইকাল শিশু এবং জীর্ণ রোগীদিগের পক্ষে অত্যন্ত পীড়া-জনক।

গৃহস্থগণ একটু মনোযোগী হইলে বর্ষা-জাত রোগের হস্ত হইতে মুক্তিলাভ করিতে সমর্থ হইবেন। প্রত্যেক গৃহস্থের স্ব স্ব আবাস বাটীর চতুর্দিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখা উচিত। বাড়ীর জল নিকাশের পথ অর্থাৎ পয়ঃনালীগুলি বহুতা রাখা কর্তব্য। বৃষ্টির জল উঠানে অথবা গৃহের পার্শ্বে যেন সঞ্চিত হইয়া ঘরের মেজে প্রভৃতি আর্দ্র অর্থাৎ স্যাঁতা করিতে না পারে, তাহার প্রতি সর্বদা দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। আমরা দেখিয়াছি প্রত্যেক গৃহস্থ এই সময় বালক বালিকা প্রভৃতি, পরিবারগণের

* বর্ষাকালে যে সকল পীড়া হইয়া থাকে, সেই সকল পীড়ার লক্ষণ ও চিকিৎসাপরে লিখিত হইবে।

চিকিৎসা, ঔষধ এবং পথ্যাদিতে যে ব্যয় করিয়া থাকেন, তাহার অর্ধেক খরচে যদি ঐ সকল পরিষ্কার বিষয়ে ব্যয় করেন, তাহা হইলে অর্থের সাশ্রয় এবং রোগ শোকের যন্ত্রণা হইতে মুক্তিরূপে করিতে সমর্থ হইতে পারেন।

স্বাস্থ্যের প্রতি মনোযোগী হইলে যে, অনেক প্রকার রোগের আক্রমণ হইতে রক্ষা পাওয়া যায়, তাহা প্রত্যেক গৃহস্থেরই মনে রাখা উচিত।

আমরা প্রায় সর্বদাই দেখিতে পাই, অনেক গৃহস্থের দোষে অনেক প্রকার রোগ জন্মিয়া থাকে। বাড়ীর যাবতীয় আবর্জনা দূরে না ফেলিয়া অনেকেই প্রায় উহা উঠানে জমা করিয়া রাখিয়া থাকেন। বর্ষাকালে তাহাতে জল সঞ্চিত হইয়া তাহা যে, নরক-তুল্য এবং নানা প্রকার রোগের জন্মভূমি হইয়া উঠে, তাহা মনে রাখা কর্তব্য। অতএব ঐ সকল আবর্জনা আবাস-বাটীর দূরে নিক্ষেপ করাই উচিত। যে আবর্জনা আমাদের পীড়া-দায়ক, তৎসমুদয় আবার যত্ন করিয়া রাখিতে জানিলে, তদ্বারা গাছপালার সারের কার্য্য নির্বাহ হইয়া থাকে। বাড়ীর দূরে একটা স্থানে গর্ত করিয়া পুতিয়া রাখিলে, সমুদায় আবর্জনা পচিয়া উত্তিদের সার হইতে পারে।

কেবলমাত্র যে, আবর্জনা দূরে ফেলিলেই হইল, এরূপ মনে করা উচিত নহে। গৃহের সম্মুখে মূত্রাদি ত্যাগ করাও আর একটা অস্বাস্থ্যের কারণ মধ্যে গণ্য করা কর্তব্য। উঠান একটু উচ্চ অর্থাৎ ঢালু করিয়া প্রস্তুত করা এবং তাহাতে আগাছা দ্বারা জঙ্গল হইলে তাহা পরিষ্কার রাখা এবং ঘরের মেজে শুষ্ক করিবার ব্যবস্থা করা গৃহস্থের গুরুতর কার্য্য। স্নাতা মেজেরে শয়ন করা, আর রোগের ক্রোড়ে আশ্রয় লওয়া দুই সমান। বর্ষা কিম্বা অন্ত কোন ঋতুতে মাটির উপর বিছানা না করিয়া তক্তপোষ, তাহার অভাবে খাটিয়া অথবা মাচা বাধিয়া শয়ন করা অতি সংপরাশ্রম। বাঙ্গালীদিগের অপেক্ষা পশ্চিম প্রদেশ-বাসী এবং ভারতের অন্যান্য অসভ্য জাতিরা এ বিষয়ে অনেকটা ভাল। তাহারা খাটিয়া ভিন্ন প্রায় মাটিতে শয়ন করে না। মাটিতে শয়ন করার আর একটা

প্রধান শত্রু সর্পজাতি। বর্ষাকালে মাঠ ও গৃহস্থের বাটার পার্শ্বের স্থান সমূহ এবং শুষ্ক গর্তাদি জলে ডুবিয়া যায়, এজন্য সর্প গৃহের অভ্যন্তরে ও দেওয়ালের গর্তে এবং ভগ্ন অথবা পুরাতন অট্টালিকাদিতে আশ্রয় লইয়া থাকে। তজ্জন্য অত্যাচ্য সময় অপেক্ষা ঐ সময় অধিক সর্প ভয় দেখা যায়। সরকারী রিপোর্টে দেখা যায়, পল্লীগ্রামের অনেক লোকই বর্ষাকালে সর্পদংশনে প্রাণ হারাইয়া থাকে। শয়ন-গৃহ উত্তমরূপ পরিষ্কার রাখা উচিত এবং তথায় খাদ্য দ্রব্য রাখা সম্পূর্ণ অত্যাচ্য, খাদ্যাদির গন্ধে সর্প উপস্থিত হইয়া থাকে। গৃহে বিড়াল ও নেউল পুষিলেও সর্প নষ্ট হইতে পারে।

রাত্রিতে নিদ্রা যাইবার সময় মস্তকের সম্মুখে এবং পশ্চাতের জানালা খুলিয়া রাখিলে রাত্রির শীতল বাতাসে নানারূপ পীড়া জন্মিয়া থাকে। অর্থাৎ প্রথমে গরমের জন্য হয় ত জানালা খোলা হইয়াছিল, কিন্তু নিদ্রাকালে বৃষ্টি হইয়া বাহিরের শীতল বাতাস গায়ে লাগিয়া নানা প্রকার অপকার করিতে পারে। তবে শিশুকাল হইতে যাহাদিগের ঐরূপ বাতাস সহ্য থাকে, তাহাদিগের পক্ষে স্বতন্ত্র কথা।

আর্দ্র অর্থাৎ ভিজ়ে কাপড় কিম্বা জুতা আদৌ ব্যবহার করা উচিত নহে। উহাতে সর্দি ও কফ, কাশি এবং জ্বর হইবার সম্পূর্ণ সম্ভব। কোন কারণে বৃষ্টির জলে ভিজিলে শুষ্ক বস্ত্রে গাত্র পুছিয়া ফেলা কর্তব্য। সামান্যরূপ জল লাগিলে স্নান বন্ধ করা আবশ্যিক। রাত্রিকালে অগ্নির পরিবর্তে রুটি আহার করা ভাল। সামান্যরূপ জ্বরবোধ হইলে গোল-মরিচের গুড়ার সহিত টাটকা মুড়ি, খৈ, পুরাতন ধানের চিড়া ভাজা আহার করা উচিত। কেহ কেহ এই অবস্থায় চা খাইয়াও থাকেন, কিন্তু তাহাতে চিনি ও ছুঙ্কের পরিবর্তে অল্প পরিমাণে লবণ দিয়া পান করিলে উপকার হইতে পারে। এই সময় গরম কাপড় ব্যবহার করিলেও সমধিক উপকার হইবার কথা।

শিশুগণ যেন ভিজ়া জমিতে সর্বদা অবস্থিতি না করে, তৎপক্ষে দৃষ্টি রাখা কর্তব্য। বর্ষাকালে অধিকাংশ বালক বালিকার কর্ণমূলদি ফুলিয়া

থাকে এবং কাণ কামড়ানিতে তাহাদিগকে অস্থির করিয়া তুলে। এজন্য কর্ণমূলে শিমপাতার রস প্রলেপ দিলে তাহা নিবারিত হইতে পারে। সেজের কিছা ধুতীর পাতা আঙুলে গরম করিয়া তাহার রস প্রলেপ দিলেও অনেক উপকার হইয়া থাকে। অধিক কামড়ানির যন্ত্রণা হইলে ঐ সকল রসে অল্প পরিমাণে আফিং গুলিয়া দিলে আরও উপকারের কথা। কাণে জল হইলে একটা পেঁপের অথবা ভেয়েণ্ডা ডাল অর্থাৎ নল লইয়া তাহার এক দিক কাণের ছিদ্রের মুখে লাগাইয়া ঐ নলের অপর মুখে একটা জলন্ত সলিতা ধরিয়া রোগীর মস্তক এক্রপ ভাবে নোয়াইয়া রাখিতে হইবে যেন সলিতা ধরান মুখ মাটির দিকে থাকে, এক্রপ ভাবে থাকিলে অল্পক্ষণের মধ্যে কাণের সঞ্চিত জল নল দিয়া বাহিরে আসিয়া পড়িবে।

বর্ষাকালে আর একটা কারণে পল্লিগ্রামের পুষ্করিণী প্রভৃতি জলাশয়ের জল পীড়া-দায়ক হইয়া থাকে, অর্থাৎ অনেকেই ঐ সকল জলাশয়ের পাড়ে মল ত্যাগ করিয়া থাকেন। বৃষ্টির জলে তাহা ধুইয়া জলাশয়ে পতিত হইয়া থাকে। মল-মূত্রাদি পানীয় প্রভৃতি জলে মিশ্রিত হইলে তাহা যে, নানা প্রকার রোগের মূলীভূত হইয়া উঠে, ইহা সকলেরই মনে যেন জাগরিত থাকে। এই জন্যই আমাদের শাস্ত্রকারেরা জলে মল-মূত্র এবং নিষ্টীবন অর্থাৎ খুথু প্রভৃতি নিক্ষেপ করা মহা পাপ বলিয়া শাসন করিয়া গিয়াছেন। বাস্তবিক যাহা দ্বারা স্বাস্থ্যের ব্যাঘাত করিয়া ধর্ম্মার্থকাম-মোক্ষের আশ্রয়-ভূত শরীর নষ্ট করে, তাহা অবশ্যই পাপের মধ্যে গণ্য করা উচিত।

বর্ষাকালে জলাশয় মাত্রেরই জল প্রায় কর্দমময় অর্থাৎ ঘোলা হইয়া থাকে, এই জলেও নানা প্রকার পীড়া জন্মে। অতএব পানীয় জল পরিষ্কার করিয়া পান করা কর্তব্য। ঘোলা জল পরিষ্কার করিতে হইলে নিম্নাল্য ঘষিয়া এবং ফটুকিরির গুঁড় জলে দিয়া রাখিলে জলের যাবতীয় কর্দম নিম্নে পড়িয়া যায়। সুতরাং জল স্বচ্ছ হইয়া উঠে, এই জল পান করিলে স্বাস্থ্যের অনিষ্ট সাধন করিতে পারে না। জলাশয় হইতে টাটকা জল তুলিয়া পান না করিয়া দুই এক দিন তুলিয়া রাখিয়া পান করিলেও মাটি নীচে জমিয়া থাকে।

বর্ষাকালে পানীয় জলের প্রতি দৃষ্টি রাখা প্রত্যেক গৃহস্থের পক্ষে গুরুতর কর্তব্য । ঘোলা জল পান করিলে অগ্নি-মান্দ্য প্রভৃতি রোগ জন্মিয়া থাকে । এ জন্ত বৃষ্টির জল ধরিয়া পানের জন্য ব্যবহার করা ভাল । বৃষ্টির জল ধরা কিছুই কঠিন নহে । যে দিন অধিক বৃষ্টি হইবার সম্ভব দেখা যাইবে, সেই দিন উঠানে অথবা ছাদের উপর পরিস্কৃত স্থলে চারিটি খুঁটা পুতিয়া একখানি পরিস্কৃত কাপড়ের চারিটা খুঁট ঐ খুঁটা চারিটাতে বাধিয়া সেই কাপড়ের মধ্যস্থলে একখানি ছোট রকমের পাথর বা ইঁট রাখিলে সেই স্থান কিছু ঝুলিয়া পড়িবে । অনন্তর তাহার নীচে একটা কলসী বসাইয়া রাখিলে অনায়াসেই জল পূর্ণ হইতে পারে । এইরূপে আবশ্যক মত জল ধরিয়া ঢাকিয়া রাখিয়া ঐ জল পান করা আবশ্যক । কিন্তু বৃষ্টির প্রথম জল ধরা উচিত নহে, কারণ তখন বায়ুতে নানাপ্রকার দূষিত পদার্থ মিশ্রিত থাকে, প্রথম বৃষ্টিকালে সে সকল পদার্থ জলে মিশ্রিত হইয়া অনিষ্ট সাধন করিতে পারে, এজন্য এক পসলা বৃষ্টি হওয়ার পর জল ধরা উচিত । যে কোন সময়ে জল ঢাকিয়া রাখা কর্তব্য । বিশেষতঃ বর্ষাকালে যেসকল কীটাদি জন্মিয়া থাকে, তাহাতে সর্বদা ঢাকিয়া রাখা বিধি । এই সময় আর একটা বিষয়েও মনোযোগ দেওয়া উচিত অর্থাৎ পানীয় জল ছাঁকিয়া লওয়া সর্বতোভাবে প্রয়োজন । বর্ষাকালে অধিক দিন জল রাখিলে সেই জলে এক প্রকার কীট জন্মে সুতরাং তাহা পান করিলে কুমি জন্মিয়া থাকে । এজন্য জল তুলিবার সময় কলসী বেশ করিয়া ধুইয়া লওয়া উচিত ।

খাদ্যাদির দোষেও বর্ষাকালে পেটের পীড়া প্রভৃতি রোগ উপস্থিত হইতে দেখা যায় । এই সময় বালক বালিকারা পেয়ারা এবং কাঁঠাল প্রভৃতি নানাপ্রকার ফল খাইয়াও রোগ-গ্রস্ত হইয়া পড়ে । এজন্য খাদ্যাদির প্রতিও দৃষ্টি রাখা আবশ্যক ।

বর্ষাকালে গৃহের চতুর্দিকে জল সঞ্চিত হইলে যেমন অমিষ্ট হইয়া থাকে, সেইরূপ বাগানে জল নিকাশের সুবন্দোবস্ত না থাকিলে অনেক প্রকার গাছ পালা পচিয়া গৃহস্থের বিপত্তি অনিষ্ট করিয়া তুলে । প্রয়োজনের

অতিরিক্ত জল যেমন মনুষ্যাদির অনিষ্ট-কর, সেইরূপ উষ্ণিদিগের পক্ষেও অপকার করিয়া থাকে।

বর্ষাকালে পল্লীগ্রাম সমূহ প্রায় কর্দম-ময় হইয়া উঠে। সুতরাং সর্বদা কাদায় বেড়াইলে পায়ে অর্থাৎ আঙুলের সন্ধি-স্থলে হাজা লাগিয়া যা হইতে দেখা যায়। মনুষ্যের ন্যায় গবাদি পশুর ক্ষুরের মধ্যেও এক প্রকার ক্ষত হইয়া থাকে।* কখন-কখন ঐ ক্ষত অত্যন্ত দুর্গন্ধবিশিষ্ট এবং তাহাতে পোকা জন্মিয়া অত্যন্ত পীড়া-দায়ক হয়। বর্ষাকালে মনুষ্য কিম্বা পশু কাহার দেহে ক্ষত হইলে শীঘ্র শুষ্ক হয় না। এজন্য সর্বদা সাবধান থাকা আবশ্যক।

বর্ষার জলে মাঠ প্রভৃতি প্রায়ই জল-প্লাবিত হইয়া থাকে, সুতরাং গবাদি পশুর ভালরূপ চরিবার স্থান থাকে না, অনেক সময় আবার ডোবা ঘাস আহার করিয়া নানা প্রকার রোগ-গ্রস্ত হইয়া পড়ে এবং সেই ক্ষয়-গাতির দুগ্ধ পান করিয়াও অনেক প্রকার রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে। এজন্য বর্ষার পূর্বে উহাদিগের খাদ্য সংগ্রহ করিয়া রাখা উচিত।

বৃষ্টির ও বত্মার জলে নদী, পুষ্করিণী এবং খানা, ডোবা প্রভৃতি জলাশয় সমূহ জল পূর্ণ হওয়াতে এবং গৃহস্থগণের অসাবধানতা বশতঃ অনেক বালক বালিকা ডুবিয়া মারা পড়িয়া থাকে। অতএব বাড়ীর নিকটে জলাশয় থাকিলে তাহা ভালরূপে ঘিরিয়া রাখিলে ঐ প্রকার অনিষ্ট গৃহস্থগণকে আক্রমণ করিতে পারে না। এই সময় বালক বালিকাদিগকে একাকী স্নান করিতে দেওয়াও সম্পূর্ণ অবিধি।

বর্ষাকালে নানা প্রকার কীট পতঙ্গ উৎপন্ন হইয়া মনুষ্যাদিগের অনিষ্ট করিতে ক্রটি করে না। এজন্য খাদ্য-দ্রব্য মাত্রেই উত্তমরূপ ঢাকিয়া রাখা কর্তব্য। রাত্রিকালে আলো না লইয়া কোন স্থানে গমন করা অসুচিত। শয়ন-গৃহ সর্বতোভাবে পরিষ্কার রাখা অতীব আবশ্যক। এই সময় মশারি খাটাইয়া শয়ন করিলে অনেক প্রকার প্রাণির অনিষ্ট স্রাবারিত হইতে পারে।

* চিকিৎসা প্রকরণে উহার ঔষধাদির বিবরণ লিখিত হইবে।

প্রত্যেক গৃহস্থ যেমন স্ব স্ব আবাস বাটীর চতুর্দিক পরিষ্কার রাখিবেন, সেইরূপ সাধারণের আবাস স্বরূপ সমুদায় গ্রামের পয়ঃপ্রণালী বন জঙ্গল এবং জলাশয় প্রভৃতি পরিষ্কার রাখা গুরুতর কর্তব্য ।

সূতিকা-গৃহ ।

কিছুপ স্থানে এবং কিছুপ নিয়মে সূতিকা-গৃহ নির্মাণ করিতে হয়, তাহা অনেকেই অবগত নহেন । এই সূতিকা-গৃহ নির্মাণ দোষে অনেক স্থানেই বিস্তর শিশু নানা প্রকার রোগাক্রান্ত হইয়া অসময়ে জনক জননীকে শোক-সাগরে ভাসাইয়া—সাধের সংসার অন্ধকার করিয়া—মাতার স্নেহ-পূর্ণ ক্রোড় পরিত্যাগ করিয়া মৃত্যু-মুখে পতিত হয় । আমরা অনেক স্থানেই দেখিয়া থাকি, বাড়ীর মধ্যে অপকৃষ্ট স্থানে সূতিকা গৃহ নির্মিত হইয়া থাকে । যেরূপ স্থানে অবস্থিতি করিলে সুস্থ ব্যক্তিকে নানা প্রকার অসুখের সহিত আলিঙ্গন করিতে হয়, সদ্যঃপ্রসূত—পৃথিবীর জল বায়ু সম্পূর্ণরূপ অসহিষ্ণু এরূপ শিশু যে, জঘন্য স্থানে বাস করিয়া স্বচ্ছন্দে স্বাস্থ্য-লাভ এবং জীবন ধারণ করিবে, ইহা যে কতদূর অসম্ভব, তাহা কেহই বিবেচনা করেন না ।

আমাদের দেশের প্রাচীন চিকিৎসকগণ সূতিকা-গৃহ নির্মাণ সম্বন্ধে অতি প্রশস্ত-মত প্রকাশ করিয়া গিয়াছেন । প্রাচীন ভাবপ্রকাশ গ্রন্থে সূতিকা-গৃহ নির্মাণ সম্বন্ধে এইরূপ মত প্রকাশিত আছে ।

“অষ্টহস্তায়তঞ্চাকু চতুর্হস্তবিশালকম্ ।

প্রাচীরদ্বার মুদগৃহ্বারং বিদধ্যাৎসূতিকাগৃহম্ ॥”

অর্থাৎ আটহাত দীর্ঘ ও চারি হাত বিস্তৃত এবং পূর্ব্ব কিম্বা উত্তরদ্বারী সূতিকা-গৃহ নির্মাণ করা উচিত ।

ভাবপ্রকাশ গ্রন্থে সূতিকা-গৃহ প্রশস্ত করিবার সম্বন্ধে যেরূপ মত লিখিত আছে, এক্ষণে অনেক স্থানে সেইরূপ বৃহৎ আকারের সূতিকাগার করিতে প্রায়ই দেখা যায় না । তবে সূতিকা-গৃহ

যে রূপ আয়তনবিশিষ্ট করা আবশ্যক, তাহা উক্ত গ্রন্থের মতে যদিও অনুমোদনীয় কিন্তু পূর্ব এবং পশ্চিমদ্বারী করিতে কেন্দ্র যে, মত প্রকাশ করিয়াছেন, তাহার কারণ আমরা কিছুই বুঝিতে পারিলাম না। এ বিষয়ে চিকিৎসা-শাস্ত্র-বিশারদ মহর্ষি গুপ্ত তঁাহার মতে অভিমতি প্রকাশ করেন নাই। তঁাহার মতে দক্ষিণদিকেই স্মৃতিকা-গৃহের দ্বার রাখাই সম্পূর্ণ অনুমোদনীয়। গুপ্ত আরও বলিয়াছেন, স্মৃতিকা-গৃহের প্রাচীর এবং ভিত্তি সুন্দররূপে দৃঢ় করা উচিত। কিন্তু ছুঃখের বিষয় এই এক্ষণে স্মৃতিকা-গৃহ নির্মাণ বিষয়ে লোকের তাদৃশ যত্ন দেখা যায় না। বাড়ীর মধ্যে অতি জঘন্য স্থানে উক্ত গৃহ নির্মিত হইয়া থাকে।

শিশু ভূমিষ্ঠ হইয়া প্রথমে যে স্থানে অবস্থিতি করিবে, তাহা যে সম্পূর্ণ স্বাস্থ্যের উপযোগী হওয়া আবশ্যক, তাহাতে মনোযোগী হওয়া কর্তব্য। কারণ তাহারা গর্ভাবস্থায় এক প্রকার নূতন স্থানে অবস্থিতি করিয়া থাকে, ভূমিষ্ঠ হইয়াই আবার পৃথিবীর উত্তাপ এবং বায়ু প্রভৃতি যাহাতে তাহাদের স্বাস্থ্যের অনুকূল হইতে পারে, তদ্বিষয়ে দৃষ্টি রাখা প্রত্যেক গৃহীর অবশ্য কর্তব্য। সাঁাতা স্থানে স্মৃতিকা-গৃহ নির্মাণ করিলে জলীয়-বাতাসে শিশুর নানা প্রকার রোগ হইয়া থাকে। এজন্য উত্তমরূপ শুক এবং রৌদ্র ও নির্মল বায়ুসঞ্চারক স্থানে উহা নির্মাণ করা উচিত। এস্থলে ইহাও মনে রাখা আবশ্যক। অস্বাস্থ্য-কর স্থানে স্মৃতিকাগার নির্মিত হইলে কেবলমাত্র যে, শিশুগণেরই অপকার হইয়া থাকে এরূপ নহে, তদ্বারা প্রসূতিরও নানা প্রকার রোগ হইবার সম্ভব। প্রসবের পর প্রসূতির শারীরিক স্বাস্থ্য অনেকটা পরিবর্তিত হইয়া থাকে, এজন্য সামান্যরূপ নিয়ম লঙ্ঘন করিলেই নানা প্রকার দুর্শ্চিকিৎস রোগ আক্রমণ করিয়া ভয়ানক অবস্থা করিয়া তুলে। -প্রসবের পর স্ত্রীলোকদিগের কোন প্রকার পীড়া হইলে তদ্বারা কেবলমাত্র যে, প্রসূতির অপকার করিয়া থাকে, তাহাও নহে, জননীর অস্বাস্থ্য নিবন্ধন তঁাহার স্তন্য-দুগ্ধ পান করিয়া শিশুকে আবার অনেক প্রকার রোগের সহিত সাক্ষাৎ করিতে হয়। অনেক স্থানে সেই রোগ প্রবল হইয়া মৃত্যু পর্য্যন্তও হইতে দেখা গিয়াছে

স্মৃতিকা গৃহ-জীবনের প্রথম আশ্রয় স্থান। রক্ত-মাংসময় শিশু সেই আশ্রয়ে উপস্থিত হইয়া ভবিষ্য জীবনের জ্ঞত বর্ধিত হইতে থাকে। সুতরাং এই অবস্থায় যদি তাহার স্বাস্থ্যের প্রতি দৃষ্টি করা না যায়, তবে ক্রীণ-প্রাণ শিশু যে, নানা প্রকার রোগ ভোগ করিয়া অবশেষে মৃত্যুর সঙ্গে আলিঙ্গন করিবে, তাহাতে আর আশ্চর্য্যের বিষয় কি ?

স্মৃতিকা-গৃহের দোষে আমাদের দেশের অনেক শিশুকেই প্রায় মৃত্যু-মুখে পতিত হইতে হয়। অবোধ গৃহস্থগণ মৃত্যুর কোন প্রকৃত কারণ জানিতে না পারিয়া অবশেষে দৈবের উপর নানা প্রকার দোষার্পণ করিয়া নিশ্চিন্ত হইয়া থাকেন। কিন্তু তাঁহারা যদি স্পষ্ট বুঝিতে পারেন, সদ্যঃপ্রসূত শিশুর জন্ম ঘেঁরুপ স্মৃতিকাগার প্রস্তুত করিয়া তাহার বাসের ব্যবস্থা করিয়া রাখেন, সেই গৃহই যে, সাক্ষাৎ ক্লান্তের প্রসারিত ক্রোড়, তাহা একবার মনে করা উচিত। যখন আমরা প্রত্যক্ষ দেখিতে পাই, সবল-কায় সুস্থ ব্যক্তিও কিছু দিন অস্বাস্থ্য-কর স্থানে অবস্থিতি করিলে, তাঁহার স্বাস্থ্য ভঙ্গ হইয়া দেহ নানা রোগের আগার হইয়া উঠে, তখন শিশুগণ যে, সেই স্থানে অবস্থিতি করিয়া সদ্যঃ মৃত্যু-গ্রাসে পতিত হয় না, ইহাই আশ্চর্য্যের বিষয়।

বাস্তবিক বিবেচনা করিয়া দেখিলে স্পষ্টই বুঝিতে পারা যায়। এদেশে যে সকল শিশু অসময়ে জনক-জননীকে কাঁদাইয়া তাঁহাদিগের ক্রোড় পরিত্যাগ করিয়া থাকে, সেই মৃত্যুর একমাত্র কারণ যে, তাঁহারা ই নিজে, তাহা জানিয়া রাখা উচিত। আমরা সুস্ত-কণ্ঠে বলিতে পারি, শিশুহত্যার যে মহাপাপ, সেই পাপ হইতে এ দেশের অনেক গৃহস্থই নির্জিহ্ম নহেন। অবোধ শিশু কিছুই জানে না যে, তাহার সর্ব্বনাশের জন্ম গৃহস্থগণ করূপ ভয়ানক স্থান নির্মাণ করিয়া রাখিয়াছেন।

বাড়ীর মধ্যে উৎকৃষ্ট স্থানেই স্মৃতিকা-গৃহ নির্মাণ করা আবশ্যক, ইহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে জাগরিত থাকে। জনক-জননী যদি শিশুর স্বাস্থ্য-সুখ এবং প্রকুল্লান দর্শন করিয়া ক্লান্ত হইতে ইচ্ছা করেন, তবে স্মৃতিকা-গৃহ প্রস্তুত বিষয়ে মনোযোগী হউন। পূর্বে ইয়ুরোপের মধ্যে

কোন স্থানে প্রতিবৎসর বিস্তর শিশু মৃত্যু গ্রাসে পতিত হইত। কি কারণে যে, শিশুদিগের এইরূপ অকাল-মৃত্যু ঘটিত তাহা কেহই স্থির করিতে পারিত না। অনেক অমুসন্ধানের পর চিকিৎসকগণ স্থির করিলেন, স্তৃতিকাগারের দোষেই যে, ঐরূপ মৃত্যু হইয়া থাকে, তাহাতে আর অণু-মাত্রও সন্দেহ নাই। পরিশেষে স্বাস্থ্য-কর স্থানে স্তৃতিকা-গৃহ নির্মাণের ব্যবস্থা করিতে আরম্ভ করিলে ক্রমে ক্রমে শিশুদিগের মৃত্যু সংখ্যা হ্রাস হইয়া আসিল। সেই পর্য্যন্ত ইয়ুরোপে স্তৃতিকাগার নির্মাণ সম্বন্ধে বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছে। *

স্তৃতিকা-গৃহ অস্পৃশ্য জ্ঞানে এদেশে উহা যেরূপ স্থানে নির্মিত হইয়া থাকে, তাহা সকলেই অবগত আছেন। যাহার সহিত জীবনের সম্বন্ধ এবং সুখ দুঃখ ও মৃত্যু পর্য্যন্ত জড়িত রহিয়াছে, তাহা অস্পৃশ্য ও অপবিত্র জ্ঞান না করিয়া যাহাতে তাহার উন্নতি হয়, অর্থাৎ যে সকল দোষ স্পর্শ এবং স্বাস্থ্যের ব্যাঘাত করিতে না পারে, তাহার ব্যবস্থা করা সর্ব্বতোভাবে কর্তব্য। এদেশের অনেকেই উঠানের কোন স্থানে চাটাই এবং খেজুর ও তালের পাতা প্রভৃতি দ্বারা স্তৃতিকা-গৃহ নির্মাণ করিতে দেখা যায়। কিন্তু উহা এরূপভাবে নির্মাণ করা উচিত, বৃষ্টির জল, বর্ষা এবং শীত-কালের অস্বাস্থ্য-কর বায়ু তাহা ভেদ করিয়া যেন গৃহে প্রবেশ করিতে না পারে। কারণ তদ্বারা শিশু ও প্রসূতির নানা রোগ জন্মাইবার সম্ভব। পল্লীগ্রামের অনেক স্থানে আবার এরূপও শুনিতে পাওয়া যায় যে, শৃগাল ও কুকুর নিদ্রাবস্থায় স্তৃতিকা-গৃহে প্রবেশ করিয়া শিশুর জীবন পর্য্যন্তও নষ্ট করিয়া থাকে। উপরোক্ত কারণ সমূহ নিমিত্তই আখ্যা ঋষি গুপ্ত স্তৃতিকা-গৃহের বেড়া প্রভৃতি দৃঢ় করিয়া নির্মাণের ব্যবস্থা দিয়াছেন, এস্থলে ইহাও মনে রাখা উচিত, বেড়া প্রভৃতি দৃঢ়তার সহিত ঘরের মেঝে উচ্চ এবং শুষ্ক করিবার ব্যবস্থা করা কর্তব্য। যে সকল গৃহস্থগণের অবস্থা ভাল, তাঁহারা স্তৃতিকা-গৃহের জন্ত বাড়ীর মধ্যে স্বতন্ত্র একখানি ঘর রাখিতে পারেন। উঠানে সামান্যরূপ গৃহ প্রস্তুত করা অপেক্ষা একখানি পৃথক গৃহে প্রসবের স্থান নিরূপণ করা যুক্তিসঙ্গত। যাহারা অট্টালিকাদিতে

বাস করিয়া থাকেন, তাঁহাদিগের পক্ষে একটি ভাল রকম প্রকোষ্ঠ প্রসবের জন্য ব্যবস্থা করা উচিত।

সুতিকা-গৃহ সম্বন্ধে প্রত্যেক গৃহস্থই নিম্নলিখিত কয়েকটি বিষয় মনে রাখিলে অনেক প্রকার অনিষ্টের হস্ত হইতে পরিত্রাণ লাভ করিতে সমর্থ হইবেন।

১। বাড়ীর মধ্যে যে স্থান উচ্চ এবং সঁাতা নহে, সর্বদা উত্তমরূপ রোজ্জ লাগিয়া থাকে এবং বায়ু সঞ্চারিত হয়, এরূপ স্থলে গৃহ নির্মাণ করা আবশ্যক।

২। গৃহের মধ্যে ঠিক দ্বারের সম্মুখে শিশুর শয়নের ব্যবস্থা করা উচিত নহে। কারণ গৃহের মধ্যে যেক্রপ গরম রাখা হইয়া থাকে, রাত্রিকালে হঠাৎ দ্বার খুলিলে বাহিরের শীতল বাতাস শিশুর শরীরে লাগিয়া রোগ জন্মাইয়া থাকে।

৩। বর্ষা ও শীতকালের অস্বাস্থ্য-কর বায়ু হইতে শিশুর দেহ রক্ষা করা আবশ্যক। *

গো-জাতির উদরাময় রোগ। *

উদরাময় রোগে মনুষ্যদিগের যেক্রপ অনিষ্ট হইয়া থাকে, গবাদি পশুগণেরও সেইরূপ অপকার হইতে দেখা যায়। প্রাণিমাত্রেরই দেহে রোগ যে, একটি পরম শত্রু তাহা কাহাকেও লিখিয়া কিম্বা যুক্তি দ্বারা বুঝাইয়া দিতে হয় না। সুস্থশরীর যেমন সুখের আলয়, রোগাক্রান্ত দেহও যে, সেইরূপ অশেষ ক্লেশের ভাণ্ডার, তাহা সকলেই একবাক্যে স্বীকার করিবেন। গবাদি পশু দ্বারা সমাজে নানা প্রকার উপকার হইয়া থাকে, যাহা দ্বারা আমরা উপকার ভোগ করিয়া থাকি, তাহার স্বাস্থ্যের প্রতি দৃষ্টি রাখা যে, সম্পূর্ণ ধর্ম-সঙ্গত তাহা বোধ হয়, কাহাকেও যুক্তি

* জে, এইচ, বি, হালাম সাহেবের পরীক্ষিত গবাদির মারাত্মক রোগ-বিষয়ক পুস্তিকা অবলম্বন করিয়া এই প্রস্তাব লিখিত হইল।

দ্বারা বুঝাইয়া দিতে হয় না। আমরা অনেক সময় দেখিতে পাই, উদরাময় রোগে বিস্তর পশু কষ্ট পাইয়া থাকে, কেবলমাত্র যে, কষ্ট-ভোগ করে এরূপও নহে, পীড়িতাবস্থায় সমাজের উপকার করিতে সমর্থ হয় না এবং অবশেষে মৃত্যু-মুখে পতিত হইয়া থাকে। অতএব যে যে উপায় অবলম্বন করিলে গো-জাতির এই মহানিষ্ট নিবারিত হয়, তাহা অবগত হওয়া প্রত্যেক গৃহস্থেরই কর্তব্য।

• মনুষ্যাদির কোন প্রকার পীড়া হইলে যেমন লক্ষণ দেখিয়া রোগ ও তাহার কারণ নির্ণয় করিতে পারা যায়, গবাদির পক্ষেও সেইরূপ লক্ষণ দেখিয়া রোগের নিদান এবং চিকিৎসা করা যাইতে পারে।

ভাঁব—গোজাতির উদরাময় রোগ উপস্থিত হইলে বারম্বার পেট নামাইতে থাকে, কখন কখন পেটের প্রদাহের লক্ষণ দেখা যায়। এই সময় বাহে পাতলা অর্থাৎ খেড়ানি হইতে থাকে।

রোগের কারণ—বিচক্ষণ চিকিৎসকগণ গো-জাতির উদরাময় রোগের নানা প্রকার কারণ নির্দেশ করিয়া থাকেন কিন্তু তন্মধ্যে এই কয়েকটা কারণই প্রধান বলিয়া অবধারিত হইয়াছে। যথা কদর্য্য অর্থাৎ অস্বাস্থ্য-কর দ্রব্য এবং বিষময় গাছগাছড়া ভক্ষণ এবং ঘোলা জল পান, এই উদরাময় রোগের উৎপত্তির কারণ।

জোলাপ অর্থাৎ বিরেচন দ্রব্য অধিকমাত্রায় সেবন করাইলে এবং পাক-স্থলী ও আঁত অত্যন্ত পূর্ণ থাকিলেও এই রোগ জন্মিয়া থাকে।

পূর্বে পেটের কোন দোষ থাকিলে, তাহার উপর অধিক আহার কিম্বা সেই অবস্থায় ঠাণ্ডা লাগিলে, অথবা শীত বা গরমের পর হটাৎ শীতল বাতাস লাগিলে, কিম্বা ফুসফুসের প্রদাহ এবং অত্যন্ত রক্ত সম্বন্ধীয় রোগের শেষ অবস্থাতেও উদরাময় হইতে দেখা যায়। উদরাময়-রোগ-গ্রস্তা গাভীর দুগ্ধ-পান করিয়াও বাছুরের এই রোগ হইতে পারে। এমন কি ঐ দুগ্ধ পান করিয়া শিশুদিগের পর্য্যন্ত এই পীড়া হইতে দেখা গিয়াছে। কখন কখন রৌদ্রের অত্যন্ত উত্তাপ লাগিয়াও এই রোগ প্রকাশ হইয়া থাকে।

প্রায়ই দেখা যায়, বর্ষার পর ভূমিতে যে নূতন ঘাস জন্মে, সেই ঘাস আহার করিয়া গবাদি পশু উদরাময় রোগাক্রান্ত হইয়া পড়ে।

উদরাময় রোগকে এদেশে পেটনামানো, পজ্জাবে ভুক্‌নি কহে।

লক্ষণ—উদরাময় রোগ উপস্থিত হইলে প্রথমে বেদন কিম্বা বেগ থাকে না। সর্কদা বায়ুর সহিত জলের ভ্রায় পাতলা বাহে হইতে থাকে।

এই রোগ উপস্থিত হইলে গরুতে ভালরূপ জাওর কাটে না, কিন্তু কুখা থাকে এবং স্বাস্থ্যের ব্যতিক্রম ঘটিতে দেখা যায়। গাভীর উদরাময় পীড়া উপস্থিত হইলে পূর্বের ভ্রায় দৃষ্ণ দেয় না।

গো-জাতি দীর্ঘকাল ধরিয়া উদরাময় রোগ ভোগ করিলে, কখন কখন মলের সঙ্গে রক্ত পড়িতে দেখা যায় এবং নাদিবার সময় কষ্ট অনুভব করিয়া থাকে, একত্র বাহের সময় পিঠ কঁোয়া হইতে দেখা যায়।

ব্যবস্থা—রোগের কারণ অনুভব করিয়া চিকিৎসার ব্যবস্থা করা উচিত। আহারাদির দোষে যে, রোগ উৎপন্ন হইয়া থাকে, তাহা পূর্ব্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, একত্র সর্ব্বাণ্ডে চরিবার স্থান এবং খাদ্য ও পানীয় জল পরিবর্তন করা কর্তব্য।

ঔষধের ব্যবস্থা

চা-খড়ির গুঁড়া *

পোনে চারি তোলা।

পলাশ গঁদ *

পোনে এক তোলা।

আফিং

ছয় আনা।

চিরতার গুঁড়া *

সওয়া তোলা।

মদ

এক ছটাক।

ভাতের মাড়

এক সের।

* এই চিক্‌র দ্রব্য কয়েকটা ভাল রকম গুঁড়া করিয়া তাহাতে আফিং, মদ এবং ভাতের মাড় মিশাইয়া সেবন করাইতে হইবে। পেটে বেদনা থাকিলে কিম্বা বেগ দিতে দেখিলে পোনে এক হইতে সিকি তোলা

পরিমাণ আফিং ব্যবস্থা করা যাইতে পারে। লিখিত দ্রব্য কয়েকটা এক সঙ্গে মিশাইয়া সেবন করাইলে ধারক ও অল্প-নাশকের কার্য্য করে।

পথ্য—রোগের কঠিন অবস্থায় কেবলমাত্র ভাতের মাড় অথবা ভুথির জাব আহারের ব্যবস্থা করা আবশ্যক।

রোগ আরাম হইতে থাকিলে তালরূপ স্বাস্থ্য-কর দ্রব্য খাইতে দেওয়া কর্তব্য। পেট নামানো বন্দ হইলে পর কিছুদিন জল না দিয়া ভাতের ও তিসির এবং ময়দার মাড় এক সঙ্গে মিশাইয়া আহার করিতে দেওয়া ভাল। যখন দেখা যাইবে লিখিত ঔষধে জ্বরের উপকার হইয়াছে, কিন্তু একেবারে পেট ধরিয়া যায় নাই, তখন নিম্নলিখিতরূপ ঔষধটা সেবন করান যাইতে পারে।

দ্বিতীয় অবস্থার ঔষধ

চা-খড়ির গুঁড়	এক ছটাক।
থয়েরের গুঁড়	আড়াই তোলা।
গুঁঠের গুঁড়	সওয়া তোলা।
আফিং	ছয় আনা।
মদ	এক ছটাক।
জল	দেড় পোয়া।

এই সকল দ্রব্য উত্তমরূপ মিশাইয়া সেবন করাইতে হইবে। প্রাতে ও সন্ধ্যাকালে ছইবারমাত্র সেব্য। বাছুরকে প্রতিবারে ছই হইতে চারি ছটাক পর্য্যন্ত খাওয়াইতে পারা যায়।

রোগ হইতে মুক্তি-লাভ করিয়া যদি পশু অত্যন্ত দুর্বল এবং ক্লান্ত হইয়া পড়ে, তাহা হইলে নিম্নলিখিত ঔষধ ব্যবস্থা করা যাইতে পারে।

বলকারক ঔষধ।

গুঁঠের গুঁড়	সওয়া তোলা।
চিরতার গুঁড়	সওয়া তোলা।

গোঁসমরিচের শুঁড়	সওয়া তোলা ।
জোয়ানের শুঁড়	সওয়া তোলা ।
নবশ	এক ছটাক ।

এই সকল দ্রব্য উত্তমরূপে শুঁড় করিয়া মিশাইয়া সিকিভাগ শুঁড় তপ্ত মাড়ের সঙ্গে প্রতিদিন প্রাতে কিম্বা সন্ধ্যাকালে হয় এক অথবা দুইবার এক ঋষি দুই ছটাক পর্যন্ত খাওয়াইতে পারা যায় ।

ঔপনি লিখিত ঔষধে উপকার বোধ না হইলে নিম্নলিখিত ঔষধ ব্যবস্থা ।

হিরাকসের শুঁড়	ছয় আনা ।
চিন্নতার শুঁড়	সওয়া তোলা ।

এক সঙ্গে মিশাইয়া আধসের ভাতের মাড়ের সহিত দিতে হইবে । ইহা অত্যন্ত অগ্নি-বর্দ্ধক ।

জীর্ণ অর্থাৎ প্রাচীন উদরাময় রোগে নিম্নলিখিত ঔষধ প্রশস্ত ।

ভুতের শুঁড়	ছয় আনা অবধি বার আনা ।
জল	আধ সের ।

উত্তর দ্রব্য এক সঙ্গে গুলিয়া সেবন করাইতে হইবে ।

গবাদির প্রাচীন গৃহিণী রোগে ইহা একটা মহৌষধ মধ্যে পরিগণিত ।

পুকেয়া	দুই আনা
চা-খড়ির শুঁড়	আড়াই তোলা ।
আফিং	পৌনে এক তোলা ।

এই ঔষধ গবাদির আমাশয় রোগ হইলে ঘন মাড়ের সঙ্গে দিন দুইবার দিতে হইবে ।

গো-শ্রুতির উদরাময় রোগে অনেক সময় কেবলমাত্র বাঁশের কচি পাতা খাওয়াইয়া আরাম করিতে দেখা গিয়াছে ।

ভুতের কচি পাতাও উদরাময় রোগের পক্ষে একটা মহৌষধ । কেবলমাত্র ভুতের পাতা খাওয়াইয়া অনেক স্থলে উদরাময় রোগ আরাম হইয়াছে ।

অনেক সময় আবার কেবলমাত্র বাঁশের নীল চাঁচিয়া গবাদিদিগকে আহার করাইলেও উদরাময় আরোগ্য হইয়া থাকে ।

উদরাময় রোগাক্রান্ত গবাদি পশুদিগকে লিখিতরূপ ঔষধ এবং উপযুক্ত চিকিৎসার সহিত যদি পথ্যাদির সুব্যবস্থা ও ভালরূপ স্থানে রাখিতে পারা যায়, তবে নিশ্চয়ই আরোগ্য লাভ করিতে পারিবে।

সুবর্ণের অলঙ্কার রঙ করিবার নিয়ম ।

অলঙ্কার-প্রিয় রমণীগণ অলঙ্কারাদির সৌন্দর্য্যের জন্ত সর্বদাই যত্ন করিয়া থাকেন। সোণার রঙ ময়লা কিম্বা মরা সোণার অলঙ্কার দেখিতে তত সুখী নহে। এজন্য অনেকেই প্রতি বৎসর অলঙ্কারাদির রঙ করিয়া লইয়া থাকেন। সামান্য রঙের জন্ত সেকরার উপাসনা করা অপেক্ষা সহজে উহার রঙ করিবার নিয়ম জানিতে পারিলে সকলেরই পক্ষে বিশেষ সুবিধা হইতে পারে। সোণার রঙ ফলান অতি সহজ। একরূপ সহজ কাজের জন্ত অন্তের মুখ চাহিয়া থাকা কি লজ্জার বিষয় নহে? বাঁহাদিগের অবস্থা ভাল, তাঁহারা কথায় কথায় অর্থ ব্যয় করিতে সমর্থ কিন্তু সামান্য অবস্থার রমণীগণের পক্ষে তাহা তত সহজ নহে। বস্ত্র কিম্বা অলঙ্কারাদি পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখাই ভাল। মূল্যবান অলঙ্কারাদি যদি সর্বদা মলিন আবরণে আচ্ছাদিত থাকে। তাহা হইলে অলঙ্কারের সৌন্দর্য্য কাহারও দৃষ্টি-গোচর হয় না। এজন্য উহার বর্ণাদির উজ্জলতার প্রতি সর্বদাই দৃষ্টি রাখা উচিত।

আমরা এমন সহজ উপায় শিখাইয়া দিব যে, তাহাতে সামান্যমাত্র ব্যয় অথচ সোণার গহনা নূতনের স্থায় থাকুক হইবে।

প্রত্যেক গৃহস্থ যদি ঘরে কিয়ৎ পরিমাণে ছিকী এবং অল্প জালদার রাখেন তবে সোণার গহনা রঙ করিবার জন্ত সেকরার নিকট ছুটিতে হইবে না।

অলঙ্কারের পরিমাণ অনুসারে ছিকীতে কিঞ্চিৎ জালদার ভর্ত্তি মিশাও। যখন দেখিবে উহা বেশ মিশিয়া গিয়াছে, তখন তাহা গহনাতে উত্তমরূপ রাখাও। এখন ঐ গহনা আঙুলে বেশ করিয়া গরুর কর। এই সময় একটা পাত্রে গরু কিম্বা ঘোড়ার চোনা রাখ। গহনাগুলি উত্তপ্ত হইলেই ঐ চোনাতে ডুবাইয়া দেও এবং তাহা শীতল হইলেই

পরিষ্কার নেকড়ায় পুঁছিয়া লও, দেখিবে তোমার সেই মলিন গহনা কেমন উজ্জ্বল হইয়া উঠিবে। ধারণ করিয়া তোমার অঙ্গের শোভা বর্ধনের জন্য প্রস্তুত হইয়াছে।

তেঁতুলগোলা অথবা সাবানের জলে অলঙ্কারাদি ক্রিয়ৎক্ষণ ভিজাইয়া রাখিয়া শূকরের কুচি অথবা টুথ ব্রশ দ্বারা ঘসিয়া ঘসিয়া উহা পরিষ্কার করা বাইতে পারে।

এক গোছা চুল জলস্ত অঙ্গারের উপর দিলে ধূম উঠিবে, তাহার উপর সোণার গহনা চিট্টা দ্বারা ঘসিয়া রাখিলেই সোণার রঙ হইবে।

মলিন বস্ত্র ধৌত করিবার উপায়।

বস্ত্র আমাদের সর্বদা ব্যবহারের জন্য, অতএব তাহা অতি যত্নের সহিত পরিষ্কার রাখা আবশ্যক। দুইটা উদ্দেশ্যে আমরা বস্ত্র ব্যবহার করিয়া থাকি; অর্থাৎ লজ্জানিবারণ এবং শীতোষ্ণতা হইতে শারীরিক স্বাস্থ্য রক্ষা। কিন্তু যে বস্ত্র আমাদের এত উপকার-জনক তাহা মলিন হইলে কোন প্রকার উদ্দেশ্যই সুসিদ্ধ হয় না, প্রভূত প্রভূত অপকার সাধিত হইয়া থাকে। মলিন বস্ত্র পরিধান করিলে মন অগ্রসর, সভ্য-সমাজে গমন করিতে সঙ্কুচিত এবং শারীরিক স্বাস্থ্যের সম্পূর্ণ বিরোধী হইয়া থাকে। আমাদের শরীরে যে অসংখ্য লোম-কূপ আছে, তদ্বারা বাহিরের নির্মল বায়ু প্রভৃতি শরীরাত্তরে প্রবেশ করিয়া শোণিত বিশোধিত এবং শরীরের দূষিত রসাদি নির্গত করিয়া থাকে। মলিন বস্ত্র পরিধান কিম্বা মলিন শব্দের পরন করিলে ঐ ময়লা দ্বারা লোম কূপের মুখ সমুদায় বন্ধ হইয়া যায়। সুতরাং যে উদ্দেশ্যে লোম-কূপের সৃষ্টি, তাহা সুরক্ষিত হয় না। এইজন্য বস্ত্র এবং বিছানার চাদর প্রভৃতি সর্বদা পরিষ্কার রাখা অতীব কাম্য।

আজকাল যেরূপ রক্তকের কষ্ট এবং বস্ত্রাদি ধৌত করিতে যেরূপ ব্যয় হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় কোন গৃহস্থকেই লিখিয়া বুঝাইয়া দিতে

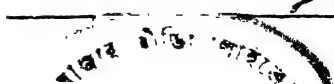
হয় না। রজকের কষ্টের কথা শুনিতে পাওয়া যায় না, এমন স্থান অতি বিরল। বিশেষতঃ সামান্য গৃহস্থগণকে বালক বালিকা প্রভৃতি অনেকগুলি পরিবার লইয়া এক সঙ্গে বাস করিতে হয়। বালক বালিকারা যেরূপ সর্বদা বস্ত্রাদি মলিন করিয়া থাকে, সে পরিচয় কেনা জানেন? এরূপ স্থলে সামান্য ব্যয়ে এবং সহজ উপায়ে বস্ত্র পরিষ্কার করিবার নিয়ম জানা থাকিলে প্রত্যেক গৃহস্থই নিত্য পরিষ্কার বস্ত্র ব্যবহার করিতে পারেন।

আমরা সচরাচর দেখিয়া থাকি অনেক গৃহস্থ সাবান, সাজিয়াটী, ফার এবং চোনা দ্বারা বস্ত্রাদি সিক্ত করিয়া কাচিয়া থাকেন কিন্তু তদ্বারা উপযুক্ত পরিমাণে উহা শুদ্ধ হয় না; তবে মলিন বস্ত্র অপেক্ষা যে, উহা সহস্র গুণে শ্রেয়ঃ তাহা সকলেই স্বীকার করিবেন। অতএব ফারের সঙ্গে কিঞ্চিৎ তাপিন তৈল মিশাইয়া সিক্ত করিলে উত্তম শাদা হইতে পারে। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, নিম্নলিখিতরূপ নিয়মানুসারে ধৌত করিলে বস্ত্র অতি পরিষ্কৃত হইয়া থাকে।

আধসের পরিমিত কাপড় কাচা সাবানের সহিত আধ ছটাক সোহায়া মিশাইয়া বস্ত্র ধৌত করিলে তাহা অতি শুদ্ধ হইয়া থাকে, এমন কি ঐ ধৌত বস্ত্র রেসমী কাপড়ের ত্রায় মন্থণ হইয়া উঠে। আর অল্প পরিশ্রমে অধিক ফললাভ হয় এবং ব্যয়েরও বিস্তর হ্রাস হয় থাকে। যে বস্ত্র পরিষ্কার করিতে পাঁচসের পরিমাণ সাবানের প্রয়োজন, সোহাগা মিশাইয়া লইলেই তাহার অর্ধেক সাবানে তাহা পরিষ্কার করা যাইবে।

ঘাঁহাদিগের সাবানের ব্যয় অধিক বোধ হইবে, তাহার বাজার হইতে সোডা আনাইয়া অল্প পরিমাণ কলিচূণের সহিত তাহা জলে গুলিয়া মলিন বস্ত্রে মাখাইয়া সিক্ত করিবেন এবং সেই সিক্ত বস্ত্র জলে আছাড়াইয়া কাচিয়া লইলেই সোডার গুণ বুঝিতে পারিবেন।

বর্ষাকালে জামা প্রভৃতিতে প্রায়ই চিতি ধরিয়া থাকে। অতএব বস্ত্রের যে যে স্থানে চিতি ধরিবে, সেই সেই স্থানে বেশ করিয়া সাবান মাখাইয়া খুব শাদা চা-থড়ির গুড় তাহাতে দিয়া বসিতে হইবে। অল্পকণ বসিয়া ঐ বস্ত্র কোন স্থানে বিছাইয়া শুকাইতে হইবে। শুদ্ধ হইলে



আবার ঐরূপ করিবে। চিতি অনুসারে দুই তিনবার ঐরূপ করিয়া পরিস্কার
কালে ধৌত করিলে চিতি উঠিয়া যাইবে।

বস্ত্রাদিতে অধিক মলা জমিতে না দেওয়াই উচিত। প্রতি সপ্তাহে
যদি লিখিতরূপ নিয়মে ধৌত করা যায়, তাহা হইলে মলিনতার আক্রমণ
স। হইতে, অনায়াসেই রক্ষা পাওয়া যাইতে পারে। মলিন বস্ত্রাদির প্রতি
গৃহস্থগণকে সর্বদাই দৃষ্টি রাখা কর্তব্য। অনেক প্রকার রোগের জন্মস্থান
৩। বে মলিন বস্ত্র, তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে থাকে।

পল্লীগ্রামে অনেক স্থানে কলার বাসনা পুড়াইয়া সেই ছাই বা ক্ষার
জলে ডালিয়া উহা কাপড়ে মাখিয়া সিদ্ধ করতঃ মলিন বস্ত্র পরিস্কৃত
করিতে দেখা যায়।

রোগীদিগের বস্ত্র এবং বিছানার চাদর প্রভৃতি সর্বদা ধৌতপূর্বক
জ। পরিবর্তন করিয়া দেওয়া উচিত। বিশেষতঃ ওলাউঠা, বসন্ত প্রভৃতি
সংক্রামক রোগীর ব্যবহৃত বস্ত্র, বিছানা এবং গামছা প্রভৃতি উত্তমরূপ
ধৌত না করিয়া অন্ত্রের ব্যবহার করা সম্পূর্ণ অত্যাচার। ঐ সকল ছুঁয়াচে
রোগীর বস্ত্রাদিতে রোগের বীজ আবদ্ধ থাকে, সুতরাং উহা অন্ত্রের দেহে
প্রবেশ করার সম্পূর্ণ সম্ভব।

আত্মের যোড়কলম বাঁধিবার নিয়ম।

কলম বাঁধিবার নিয়ম জানা থাকিলে প্রত্যেক গৃহস্থই আপন আপন
দুই একটা গাছ রোপণ করিয়া ফল-ভোগ করিতে সমর্থ হইবেন।

এ গাছের একটা বিশেষ সুবিধা এই যে, আটির গাছ অপেক্ষা অল্প
দায়ের মধ্যে ফল-ভোগ করিতে পাওয়া যায় এবং ফলও ঠিক মূলগাছের ভায়
হয় থাকে। অসেক সময় দেখা যায় আটির চারায় মূলগাছের ফলের
এবং শুণ প্রাপ্ত হয় না এবং ফল ফলিতেও প্রায় সাত আট বৎসর
লাগে। লেঙা, ফুলগা এবং বোম্বাই প্রভৃতি উৎকৃষ্ট জাতীয় আত্মের

আটিতে যদিও চারা হইতে দেখা যায় কিন্তু তাহা ফলিতে অনেক বৎসর প্রতীক্ষা করিতে হয় এবং ফলের আকার, গঠন ও আশ্বাদন প্রায় মূলগাছের আশ্রের জায় হয় না। এই সকল কারণে আশ্রের যোড়কলম বাধাই সর্বাপেক্ষা উত্তম।

যোড়কলম বাধা অতি সহজ; মনে করিলে প্রত্যেক গৃহস্থ উহা বাধিতে পারেন। কোন কাজের জন্তেই গৃহস্থকে পরমুখাপেক্ষী হওয়া উচিত নহে। এজন্য আমরা আশী করি, গৃহস্থগণ কলম বাধিবার নিয়ম অবগত হইয়া স্ব স্ব গৃহসংলগ্ন ভূমিতে নানা প্রকার ফল-বৃক্ষ রোপণ করিয়া পরমানন্দে ফল-ভোগ করিতে থাকুন। সামান্য কলের জন্য পরমুখাপেক্ষী হওয়া কিবা অর্থব্যয় করা গৃহস্থদিগের পক্ষে একটা কলঙ্ক !

যে রূপ প্রণালীতে আশ্রের যোড়কলম বাধিতে হয়, এক্ষণে তাহার বিষয় উল্লেখ করা যাইতেছে। কলম বাধিবার পূর্বে কয়েকটা কথা মনে রাখা আবশ্যক।

- ১। এক বৎসর বয়স্ক একরূপ চারার সহিত কলম বাধাই প্রশস্ত।
- ২। মিষ্ট আশ্রের চারার সহিত মিষ্ট আশ্রের কলম বাধা উচিত।
- ৩। যে ডালে যোড় বাধিতে হইবে, তাহার বয়স এবং চারার বয়স যেন একরূপ হয়।

৪। যে চারা ও ডালে কলম হইবে, উভয়ই যেন বেশ সতেজ থাকে।

প্রথমে আটির চারা এক একটি টব বা গামলায় পুষ্টিয়া রাখিতে হইবে এবং উহা লাগিয়া গেলে, সেই চারা লইয়া কলম বাধা আবশ্যক। কলম বাধিবার পূর্বে গাছের যে যে ডালে যোড় বাধিতে হইবে, সেই সেই ডালের নীচে বাঁশের ভাঙ্গা বা মাচা বাঁধিয়া ঐ টবগুলি ভাঙ্গার স্থাপন করিতে হইবে। অর্থাৎ যে শাখার কলম হইবে, তাহার পাশেই যেন টব স্থাপন হয়, টবের চারার মাথা এবং কলম বাধিবার ডালের মাথা যেন সমান উচ্চ থাকে।

এইরূপে চারাগুলি ভাঙ্গাতে স্থাপন করা হইবে একখানি খারাল ছুরী লইয়া ঐ ডালের তিন চারি আঙুল পরিমিত স্থানের স্থাপন আনা অংশ এবং পার্শ্ব চারার ছয় আনা অংশ ছলিয়া ফেলিতে হইবে। এখন ঐ

শাখা ও চারার কর্তৃত্ব অংশ পরস্পর সংযোগ করিয়া সুতা দ্বারা বাঁধিয়া দিতে হইবে এক কলম বাঁধার দিন হইতে যে পর্য্যন্ত উহা কাটা না যায়, ততদিন সর্বদা উহা ভাল করিয়া দেখা উচিত। অর্থাৎ সেই সময় যদি মধ্যে মধ্যে বুষ্টি না হয়, তবে মূলগাছ এবং চারার সর্বদা জল দিয়া তাহাদিগকে সতেজ রাখিতে হইবে। কারণ উহার সতেজ এবং রসাল থাকিলে তাহাদিগের শরীরস্থ রস লইয়া ঘোড়ের স্থান তেজাল থাকিবে।

সচরাচর প্রায় একমাস হইতে চারিমাসের মধ্যেই আত্মের ঘোড়কলম লাগিয়া থাকে। কলম কাটিবার অন্ততঃ একমাস অগ্রে কলম বাঁধা স্থানের হই আঙুল উপরে চারার অগ্রভাগে কাটিয়া ফেলিতে হইবে। এইরূপ কাটিবার কারণ বোধ হয়, পাঠকগণ সহজেই বুঝিতে পারিয়াছেন। পূর্বে যে রস সেই অগ্রভাগস্থ পত্রাদির পুষ্টি-সাধন করিত, চারার মাথা কাটিয়া নিলে তাহা আর তথায় যাইতে না পাইয়া ঘোড়ের স্থান হইতে ঐ শাখার দৈহ পোষণ করিতে থাকিবে।

অনন্তর একমাস অতীত হইলে ঘোড় বাঁধা শাখার বন্ধনের হই আঙুল নীচে কাটিয়া লইলেই ঘোড় কলমে চারা প্রস্তুত করা হইল।

যেমন সকল আটিতে ভাল রকম চারা জন্মে না এবং চারা হইলেও কলের ব্যতিক্রম ঘটিয়া থাকে, সেইরূপ থাকে সকল শাখায় ভাল ফল হইতে দেখা যায় না। যে সকল ভাল নীচের দিকে মুখ করিয়া থাকে, সেই সকল ডালে কলম বাঁধিলে প্রায় ফল ফলে না।

গাছ হইতে কলম কাটিয়া চারা একস্থানে বাগানে রোপণ করিতে পারা যায়। কিন্তু সে সময় যদি বাগানে চারা লাগাইবার কোন প্রকার অসুবিধা থাকে, তবে ঐ চারা ছায়াবিশিষ্ট কোন স্থানে পাতো দিয়া রাখিতে পারা যায় এবং সুবিধামত তথা হইতে উহা ভুলিয়া অভিমত স্থানে রোপণ করিলে চলিতে পারে।

বর্ষার মধ্যে বাহাতে কলম বাঁধা শেষ হয়, তাহার চেষ্টা করা আবশ্যিক।

কলম বাঁধিবার উপযুক্ত আটির চারা প্রস্তুত করিতে হইলে, ভাল ভাল এক একটা আশু আম কোন স্থানে পাতো দিয়া এবং তথায় চারা

দেড়হাত আন্দাজ বড় হইলে, ভুলিয়া এক একটা পৃথক পৃথক টব বা গামলায় রোপণ করা উচিত। এইরূপ নিয়মে টবে স্থাপিত চারা কলমের পক্ষে সুবিধা-জনক।

আমরা অনেক সময় দেখিয়া থাকি, অনেক গৃহস্থ কলিকাতার চারা বিক্রেতাদিগের নিকট হইতে কলমের চারা খরিদ করিয়া প্রত্যারিত হইয়া থাকেন। উক্ত বিক্রেতাগণ প্রতিবৎসর একটা স্থানে কতকগুলি আমের আঁটি পাতে দিয়া চারা করিয়া থাকে এবং সেই সকল চারা কিছু বড় হইলে পাশাপাশির দুইটা চারা লইয়া যোড় বাঁধিয়া রাখে। চারায় কাঠ শক্ত হইলে ঐ যোড় কাটিয়া কলমের চারা বলিয়া বিক্রয় করিয়া থাকে। এইরূপ কলমের চারায় প্রায় ফল হয় না আর যদিও ফল ফলিয়া থাকে, তাহাও যে উৎকৃষ্ট হয় না তাহার কারণ অনেকেই বুঝিতে পারেন না। এজন্য নিজের তত্ত্বাবধানে কলম প্রস্তুত করাই ভাল। কারণ যত্ন ও ব্যয় করিয়া অবশেষে যদি প্রত্যারিত হইতে হয়, তাহা বার-বার-নাই আক্ষেপের বিষয়।

নাসিকা হইতে হটাৎ রক্ত-স্রাব।

অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, বালক ও বালিকাগণ ক্রীড়াদি করিয়া বেড়াইতেছে, কিম্বা কোন কার্যে প্রবৃত্ত আছে, অথবা শয়ন করিয়া রহিয়াছে, সেই সময় হটাৎ তাহাদিগের নাসিকা হইতে রক্ত পড়িতে থাকে। দুর্বল অপেক্ষা দৃষ্টপুষ্ট অর্থাৎ যাহাদিগের শরীরে রক্তের পরিমাণ অধিক এরূপ বালক বালিকাদিগের মধ্যে অনেকেরই এই রোগ দেখিতে পাওয়া যায়। অনেক প্রকার রোগের অবস্থায় অর্থাৎ জ্বর, মীহা, ক্রমি এবং নাসা প্রভৃতি পীড়াতেও নাসিকা হইতে রক্ত-স্রাব হইয়া থাকে। নূতন অথবা জীর্ণ রোগে এইরূপ রক্ত-স্রাব চিকিৎসকের ব্যবস্থানুসারে আরাম করা উচিত।

সুস্থ-দেহ বালক ও বালিকার নাসিকা হইতে হটাৎ রক্ত-স্রাব দূর্শন করিয়া

অনেক সময় অনেক গৃহস্থ নিতান্ত বিব্রত হইয়া পড়েন। বিশেষতঃ যে সকল স্থানে উপযুক্ত চিকিৎসক নাই, তথায় ঐরূপ বিব্রত হওয়া কিছু অসম্ভব নহে। এজন্য প্রত্যেক গৃহস্থের উচিত এ সম্বন্ধে দুই একটা সহজ ঔষধ অথবা নিবারণের উপায় শিখিয়া রাখেন; কারণ অনেক সময় দেখা গিয়াছে, চিকিৎসক ডাকিয়া আনিতে আনিতে বালক বালিকার অত্যন্ত দুর্বল হইয়া পড়ে।

নাসিকা হইতে রক্ত-স্রাব হইলেই যে, তাহা অপকার-জনক এরূপ বিবেচনা করা উচিত নহে, তবে স্থল বিশেষে অনিষ্ট হইয়া থাকে। এজন্য প্রথম হইতেই সতর্ক হওয়া উচিত। নাসিকা হইতে অল্প পরিমিত রক্ত পড়িলে তাহা নিবারণ না করাই ভাল;—কারণ স্বভাব হইতে যেমন রক্ত-স্রাব হইতে আরম্ভ হইয়া থাকে, সেইরূপ প্রায় আপনাপনিই উহা বন্ধ হইতে দেখা যায়। বিশেষতঃ উহা রোধ করিলে অল্প কোন প্রকার রোগ হইবার খুব সম্ভব। প্রকৃতির কেমন আশ্চর্য্য নিয়ম, আমাদের দেহে আবশ্যকের অতিরিক্ত কিছুই থাকিতে পারে না, শরীরে প্রয়োজনের অতিরিক্ত শোণিত হইলেই সময় সময় তাহা নির্গত হইয়া শরীরস্থ রক্তের সমতা রক্ষা করিয়া থাকে। আবার সময় বিশেষে এরূপও দেখা যায়, অন্য কোন প্রকার রোগ উপস্থিত হইবার পূর্বে ঐরূপ শোণিত-স্রাব হইয়া সেই রোগের আক্রমণ হইতে দেহ রক্ষা করিয়া থাকে। এইজন্য সামান্য রক্ত-স্রাব নিবারণ না করাই ভাল। কিন্তু যখন দেখা বাইবে, রক্ত-স্রাব অত্যন্ত বৃদ্ধি হইতেছে, তখন আর তাহাতে উদ্বাসীন না থাকিয়া তৎক্ষণাৎ নিবারণের ব্যবস্থা করা কর্তব্য।

লক্ষণ—কোন কোন বালক বালিকার এরূপও দেখিতে পাওয়া যায়, রক্ত-স্রাবের পূর্বে মাথাকামড়ানি, আবল্যভাব, শরীরে জড়তা প্রভৃতি লক্ষণ উপস্থিত হইয়া থাকে। এরূপ লক্ষণাক্রান্ত বালক বালিকার নাসিকা হইতে ক্রিয়ৎপরিমাণ রক্ত-স্রাব হইলে তাহাদিগের ঐরূপ অসুস্থতাব ঘুচিয়া যায় এবং শরীর সুস্থ বোধ হয়।

নিবারণ উপায়—(১) একখানি তিজা গামছা বা টুয়ালে অথবা

নেকড়া পীঠের দিকে অর্থাৎ ঘাড়ের নীচে দুই কাঁধের মধ্যস্থলে স্থাপন করিয়া রোগীকে চীৎ করাইয়া খানিকক্ষণ শোওয়াইয়া রাখিলে রক্ত পড়া বন্ধ হয়।

(২) শীতল জলে গামছা ভিজাইয়া তাহা অল্প নিংড়াইয়া নাকে ও কপালে বুলাইতে হইবে ও দুই হাত শীতল জলে ডুবাইয়া রাখিতে হইবে এবং একটি বোতল অথবা ঘটতে গরম জল পুরিয়া দুই পায়ের তলায় উহা স্পর্শ করাইতে হইবে।

(৩) কোন কোন সময় পীঠের উপর অর্থাৎ ঘাড়ের নীচে দিয়া একটি চাবিকাটি দুই চারিবার গড়াইয়া ফেলিয়া দিলেও উপকার হইয়া থাকে। উহা যেন পীঠের দাঁড়ার উপর দিয়া মাটিতে আসিয়া পড়ে।

(৪) এক টুকরা বরফ অভাবে শীতল জল রোগীর নাকের উপর ও ভিতরে দিতে হইবে।

(৫) রোগীর মাথা একটু উঠু করিয়া শোওয়াইয়া রাখিলেও নিবারণ হইয়া থাকে।

(৬) সরলভাবে রোগীর দুই হাত দুই কাণের পাশ দিয়া উপরে তুলিয়া আবার দুই হাতের আঙুলে দুই কনুই ধরিয়া রাখিতে হইবে, ইহাও একটি নিবারণের উপায়।

(৭) এক মুঠা দুর্ধ্বা ঘাস ছেঁচিয়া তাহার রস নাস লইলেও রক্ত বন্ধ হইয়া থাকে। যাহারা নাস লইতে অক্ষম, তাহাদিগের নাকের ভিতর পিচকারী দ্বারা উহা প্রবেশ করিয়া দিতে হইবে।

(৮) গাঁদা ফুলের পাতার রস নাস লইলেও রক্ত-স্রাব নিবারিত হইয়া থাকে।

(৯) একটু পরিষ্কৃত ভিজা তুলাতে এক থি সূতা বাঁধিয়া আঙুলের অগ্রভাগ করিয়া ঐ তুলা যে নাক দিয়া রক্ত পড়িতে থাকে, তাহার মধ্যে প্রবেশ করাইয়া রক্তপড়া বন্ধ হওয়া পর্যন্ত রাখিতে হইবে এবং উহা রহিত হইলে, সেই সূতাগাছটি ধরিয়া আস্তে আস্তে তুলা বাহির করিয়া লইতে হইবে।

(১০) ফটকিরি থিচ-শূন্যভাবে গুঁড়া করিয়া সেই গুঁড়া একটি

ভিজা সলিভায় মাখাইয়া রক্ত-শ্রাব পথে বারম্বার দিতে থাকিলে শীঘ্রই উহা বন্ধ হইয়া থাকে।

(১১) শীতল জলে নিকী (ভিনিগার) মিশাইয়া সেই জলের নাস লইলে এবং উহা দ্বারা কপাল, নাক ও বাড় ধুইলেও নিবারণ হয়।

(১২) কোন কোন সময় রক্ত-শ্রাবকালে নাক পিঁপিয়া ধরিয়া রাখিলেও রক্ত-রোধ হইয়া যায়।

রক্ত-শ্রাবের সময় যে গৃহে রোগী অবস্থিতি করে, তথায় অধিক লোক উপস্থিত থাকিলে গৃহ গরম হইয়া রোগীর অপকার হইবার সম্ভব, এজন্ত গৃহে অধিক লোক না রাখিয়া চারিদিকের দ্বার ও জানালা খুলিয়া দিয়া বায়ু সঞ্চার করিতে দেওয়া কর্তব্য।

পূর্ব সাবধানতা—যে সকল বালক ও বালিকাদিগের নাসিকা হইতে মধ্য মধ্য ঐরূপ রক্ত-শ্রাব হইয়া থাকে, গৃহস্থগণের উচিত প্রতিদিন প্রাতে বালকগণ শয্যা হইতে উঠিলেই ভিজা গামছা দ্বারা তাহাদিগের গাত্র মার্জ্জন করিয়া দিবেন। প্রাতে এবং সন্ধ্যার পূর্বে পরিস্কৃত বায়ু সঞ্চালিত স্থানে ভ্রমণ ও ক্রীড়া করিবার ব্যবস্থা করিবেন। আর স্নানের সময় জলে অল্প পরিমাণ লবণ মিশ্রিত করিয়া সেই জলে বালক ও বালিকাদিগকে স্নান করাইবেন।

কখন কখন প্রাপ্তবয়স্ক স্ত্রী ও পুরুষদিগের মধ্যেও এই পীড়া হইয়া থাকে; অতএব উপরি লিখিত ব্যবস্থা তাঁহাদিগের পক্ষেও অবলম্বনীয়।

রক্ত-শ্রাব নিবারণ করিতে যে সকল উপায় লিখিত হইল, ঐ সকল অবলম্বন করিয়া যদি রক্ত-শ্রাব নিবারিত না হয়, তবে উপযুক্ত চিকিৎসকের উপদেশানুসারে চিকিৎসা করাইতে ওদান্ত থাকা উচিত নহে।

গর্ভাবস্থায় গর্ভিণীর কর্তব্য

গর্ভ-সঞ্চার হইতে প্রসব পর্যন্ত সময়কে গর্ভকাল কহে। গর্ভাবস্থায় নারীগণের কর্তব্যবিষয়ে মনোযোগ দেওয়া সর্বতোভাবে কর্তব্য। কিশোরীক কি মানসিক অকল বিষয়েই সতর্ক থাকা প্রত্যেক গর্ভবতীর যেমন গুরুতর কাজ, সেইরূপ প্রত্যেক গৃহস্থগণকেও সেই সময় গর্ভিণীর পরিচর্যা বিষয় বিশেষরূপ সাবধান হওয়া আবশ্যিক। গর্ভবতী রমণীর কোন ছুটিনা উপস্থিত হইলে তদ্বারা কেবলমাত্র যে, তাহার অনিষ্ট হইয়া থাকে, এরূপ বিবেচনা করা উচিত নহে, সেই অনিষ্টে গর্ভ-জাত শিশুরও অপকার হইয়া থাকে; অনেক সময় আবার সেই ছুটিনাগ্রস্ত শিশু জন্মগ্রহণ করিয়া পরিকর-মণ্ডলীর বিষাদ উপস্থিত করিতেও ক্রটি করে না। ফলতঃ গর্ভিণীর উপর যখন ভাবী শিশুর ভবিষ্যৎ উন্নতি ও অবনতি নির্ভর করিয়া থাকে, তখন গর্ভাবস্থায় বিশেষরূপ সাবধান থাকা সর্বতোভাবে কর্তব্য।

সকল দেশীয় চিকিৎসকগণই গর্ভাবস্থায় বিশেষরূপ সাবধান থাকিবার জন্ত বিস্তর উপদেশ দিয়া গিয়াছেন। গর্ভ-সঞ্চার হইতেই গর্ভবতীকে সন্তানের মাতা বিবেচনা করিয়া শিশুর জীবনের জন্ত বিশেষ বিশেষ নিয়ম প্রতিপালন করা আবশ্যিক। আমাদের দেশের চিকিৎসা শাস্ত্রজ্ঞ ঋষিগণ গর্ভাবস্থায় নারীগণের প্রতি অনেকগুলি উপদেশ প্রদান করিয়াছেন। গর্ভাবস্থায় রমণীগণ সতত উত্তম বস্ত্র পরিধান এবং অলঙ্কারাদি ব্যবহার করিয়া সতত প্রফুল্ল-চিত্ত ও শুদ্ধচারিণী থাকিবেন। সুমিষ্ট, মৃদু, হৃদয় দ্রব্য, লঘু, সুসংস্কৃত এবং পুষ্টিকর দ্রব্যাদি ভোজন করিবেন। কায়াম কিস্বা অপকৃষ্ট বিষয়ে মন দিবেন না। মৈথুন অথবা অতিরিক্ত আমোদ, রাগি জাগরণ, শোক, আরোহণ, রক্ত-মোক্ষণ, বেগ-রোধ এবং উৎকট আসন-পরিত্যাগ করিবেন। আঘাতাদি দ্বারা গর্ভিণীর যে যে অঙ্গে আঘাত লাগিয়া থাকে, গর্ভস্থ সন্তানেরও সেই সেই অঙ্গ পীড়িত হওয়া সম্ভব। গর্ভিণী বিকৃতাকার, মলিন কিম্বা হীনাকী স্ত্রীলোককে স্পর্শ করিবে না। হর্গন্ধ আভ্রাণ, অপ্রীতি-কর দ্রব্যাদি দর্শন করিবে না। শুদ্ধ, পর্যুষিত

কিছা অপক্ক'অরাদি আহার করিবে না । উচ্চৈশ্বরে কথা কহা কিছা যে সকল কার্য্য করিলে গর্ভনাশের সম্ভব তাহা পরিত্যাগ করিবে । (১)

গর্ভবতী নারী সম্বন্ধে যে সকল বিয়ম লিখিত হইল, তাহা প্রতিপালন করা অতীব আবশ্যক ।

গর্ভাববই গর্ভাবস্থার শুক্লতর আশঙ্কা । অতএব যে সকল কার্য্য করিলে গর্ভাববের কোনরূপ আশঙ্কা থাকে না তাহা প্রতিপালন করিতে যনোযোগ দেওয়া উচিত ।

(১) গর্ভিণী প্রথমাদহুঃ প্রহটা ভূষিতা শুচিঃ ।

ভবেচ্ছুক্লাবরা দেবগুরুবিপ্রার্চনেরতা ॥

ভোজ্যস্ত যধুরপ্রায়ং ত্রিধং হৃদ্যাক্রবং লঘু ।

সংস্কৃতং দাপনীয়স্ত নিত্যমেবোপযোগ্যয়েৎ ॥

গুর্কিণী নতু কুর্কীত ব্যায়ামমপতর্পণম্ ।

ব্যায়ামক ন সেবেত ন কুর্যাদিত্তিতর্পণম্ ॥

রাজৌজাগরণং শোকং যানান্তারোহণং তথা ।

রক্তমোক্ষং বেগরোধং ন কুর্য্যাৎকটাসনম্ ॥

দোষান্তিষাঠৈগর্ভিণা যো যো ভাগঃ প্রাপীভ্যতে ।

স সভাগঃ শিশোন্তস্ত গর্ভস্থস্ত প্রাপীভ্যতে ॥

মলিনাং বিকৃতাকারাং হীনাকীং ন স্পৃশেৎস্ত্রিয়ম্ ।

ন জিহ্মেদপি হৃগন্ধং ন পশ্চেন্নয়নাগ্রিয়ম্ ॥

বচাসি নাপি শৃণুয়াৎ কর্ণয়োঃ প্রিয়ানি চ ।

নান্নং পর্য্যুযিত্তং শুক্লং ভূজীত কথিতং নচ ॥

চৈতশশানবৃক্ষাংশ্চ ভবাং শাপ্য যশস্বরান্ ।

বহির্নিক্শপং ক্রোধং শূভ্রাগারক বর্জয়েৎ ॥

নৌকৈক্স্রায়ান্ন তৎকুর্যাদ যেন গর্ভো বিনশ্ততি ।

নয়দাপ্তরণং কুর্য্যান্নতুচ্চং শয়নাসনম্ ॥

এতান্ত নিয়মান্ সর্কান্ যত্রাৎ কুর্কীত গুর্কিণী ।

ইতি ভাবপ্রকাশঃ ।

যে সকল গর্ভবতী নারীর শরীর সম্পূর্ণ সুস্থ, তাহাদিগের পক্ষে যদিও বিশেষ কোন নিয়ম পরিবর্তন না করিলেও চলিতে পারে; কিন্তু অসুস্থ ও দুর্বল গর্ভবতী রমণীকে যে, গর্ভাবস্থায় সতত শারীরিক স্বাস্থ্যের প্রতি মনোযোগ দিতে হয়, তাহা সকলে সহজেই বুঝিতে পারেন। সুস্থাবস্থায় যে সকল নিয়ম লক্ষ্যন করিতে দেখা যায়, গর্ভাবস্থায় সেইরূপ করিলে যে, কতদূর অনিষ্ট হইবার সম্ভব, তাহা বুদ্ধিমান গৃহস্থমাজেই বুঝিতে পারেন।

গর্ভাবস্থায় নারীগণ যেরূপ নিয়মে চলিবেন, প্রসবের সময় সেইরূপ প্রসব কার্যে সাহায্য পাওয়া যায়, ইহা প্রত্যেক গর্ভিণীর জানিয়া রাখা উচিত; গর্ভিণী যদি গর্ভাবস্থায় একেবারে পরিশ্রম বিমুখ হয়েন, তাহা হইলে প্রসব সময়ে প্রায় কষ্ট পাইতে দেখা যায়। সচরাচর দেখিতে পাওয়া যায়, ঐশ্বর্যশালী ব্যক্তিদিগের রমণীগণ গর্ভাবস্থায় একটুও নড়িয়া বসেন না, সর্বদা শয্যায় অঙ্গ ঢালিয়া থাকেন, দুঃখের বিষয় এই প্রসবের সময় তাহারা প্রায়ই অধিক কষ্ট-ভোগ করিয়া থাকেন। সামান্য গৃহস্থ ঘরের রমণীগণ প্রায় প্রসবকালে অধিক কষ্টের সহিত সাক্ষাৎ করেন না। বাস্তবিক স্বাভাবিক নিয়মানুসারে প্রসব করিতে গর্ভবতীকে অধিক ক্লেশ ভোগ করিতে হয় না।

গর্ভের সময় হইতে প্রসবকাল পর্যন্ত গর্ভবতী রমণীকে আহার, নান, পরিচ্ছদ, ব্যায়াম বা অঙ্গচালনা, মানসিক উত্তেজনা এবং ঔষধ ব্যবহার এই কয়টি বিষয়ে বিশেষরূপ মনোযোগ দিতে হয়। কি নিয়মে ঐ সকল বিষয়ে মনোযোগ দেওয়া আবশ্যিক, নিয়ে তাহার স্থূল স্থূল বিবরণ লিখিত হইল।

আহার—পূর্বে উল্লেখ করা হইয়াছে যে, সুমিষ্ট, স্নিগ্ধ, এবং গুটি-কর প্রভৃতি লঘু দ্রব্য সমূহ গর্ভবতী রমণীর আহার করা উচিত। কি সহজ শরীরে কিম্বা গর্ভের অবস্থায় যে কোন সময়েই অপরিমিত অস্বাস্থ্য-কর দ্রব্য আহার করিলে, সহজ শরীরে যেরূপ অপকার করিয়া থাকে, গর্ভাবস্থায় যে, তদপেক্ষায় অধিক অনিষ্ট করিয়া থাকে, তাহা প্রত্যেকের মনে রাখা আবশ্যিক। গর্ভাবস্থায় প্রথমাবস্থায় গর্ভিণীদিগের প্রায়ই বমি হইয়া থাকে। সে সময় যখন নিয়মিত আহার ধারণ করিতে তাহারা সমর্থ হইবেন না

শালী ব্যক্তিদিগের রমণীগণ গর্ভাবস্থায় একেবারে পরিশ্রম বর্জন করিয়া থাকেন, কিন্তু পরিশ্রম একেবারে ত্যাগ না করিয়া সামান্য শ্রমজনক সাংসারিক কার্যে পরিশ্রম করিলে প্রসবের সময় বরং উপকার হইবার সম্ভব । সামান্যরূপ অঙ্গ চালনা করিলে তদ্বারা ক্ষুধা বৃদ্ধি এবং পরিপাকের সাহায্য হইয়া থাকে । প্রাতে ও সন্ধ্যাকালে ছাদের উপর কিম্বা উঠানে অল্প অল্প ভ্রমণ করিয়া নির্মল বায়ু সেখন করা উচিত ।

গর্ভাবস্থায় একেবারে পরিশ্রম ত্যাগ করিলে তদ্বারা কেবলমাত্র যে, পরিপাক কার্যের ব্যাঘাত জন্মে এরূপ নহে, তদ্বারা গর্ভস্থ শিশুরও বহুবিধ অপকার হইতে দেখা যায় ; এমন কি অনেক সময় শিশু গর্ভে মৃত হইতে দেখা যায় ।

মানসিক উত্তেজনা—মনের সহিত শরীরের এরূপ নিকটতর সম্বন্ধ যে, মন অস্থির এবং দুর্বল হইলে তদ্বারা শরীরও নানা অস্থিরতার আকর হইয়া উঠে । গর্ভাবস্থায় রাগ, ঘেঁষ, শোক কিম্বা ছুঁৎ দ্বারা আক্রান্ত হইলে গর্ভস্থ শিশুরও অনিষ্ট হইয়া থাকে, এজন্য গর্ভাবস্থায় বিশেষরূপ সাবধান হইয়া সর্বদা প্রফুল্ল থাকা উচিত । মৃত্যুগীতাদি দর্শন কিম্বা শ্রবণ করা অকর্তব্য, কারণ তদ্বারা মন অত্যন্ত উত্তেজিত হইয়া উঠে । বিশেষতঃ অন্ধকার গৃহে একাকিনী গমনাগমন করা, ভয়জনক ঘটনা দর্শন ইত্যাদি পরিত্যাগ করা একান্ত আবশ্যক ।

ঔষধ—এতদ্বৈশী্য অনেক গৃহস্থের এরূপ ধারণা যে, গর্ভাবস্থায় কোন প্রকার ঔষধ ব্যবহার করা অবিধি । কিন্তু এ বিশ্বাস যে, সম্পূর্ণ ভুল তাহা বুদ্ধিমান ব্যক্তিমাঝেই সহজেই বুঝিতে পারেন । রোগ উপস্থিত হইলেই তাহার প্রতীকার করা আবশ্যক । তবে অত্যন্ত উত্তেজক কিম্বা বিষাক্ত ঔষধ ব্যবহার করিলে যে, অনেক সময় গর্ভ নাশের সম্ভব তাহা মনে রাখিয়া সুবিজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শানুসারে ঔষধাদির ব্যবস্থা করা নিতান্ত আবশ্যক । হাতুড়ে কিম্বা অব্যবসায়ী ব্যক্তিদিগের ঔষধ ব্যবহার না করাই যুক্তিসিদ্ধ । গর্ভাবস্থায় ঘাহাতে কোষ্ঠ পরিষ্কার হয়, তদ্বিষয়ে দৃষ্টি রাখা উচিত । কারণ উহা দ্বারা বহুবিধ রোগ হইবার সম্ভব । যদি উপযুক্ত

আহার, পরিমিত পরিশ্রম, নিয়মিত অঙ্গচালনা, আবশ্যিকমত নিদ্রা, প্রভৃতি নিদ্রা হইতে উত্থান করা যায়। তাহা হইলে প্রায় গর্ভিণীকে কোষ্ঠ-বদ্ধ জনিত রোগ ভোগ করিতে হয় না। কোষ্ঠ-বদ্ধ হইলে সামান্য বিরেচক দ্রব্য ব্যবস্থা করিয়া উহা পরিষ্কার রাখা কর্তব্য। দুর্বল অথবা ক্রম জীলোক গর্ভবতী হইলে সামান্য ঘৃত দ্বারা রন্ধন করা মাংস আহার করা ভাল। মাংস ভক্ষণে বাঁহাদিগের রুচি না থাকে, দুগ্ধ ব্যবহার করিলে সে আপত্তি নষ্ট হইতে পারে।

গো-জাতির রক্তামাশয়।

আমাশয় পীড়া উপস্থিত হইলে মনুষ্যাগণ যেরূপ কষ্ট ভোগ করিয়া থাকেন, গবাদি পশুগণের মধ্যেও সেইরূপ কষ্ট দেখিতে পাওয়া যায়। নানা কারণে এই রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে। এদেশে এমন গৃহস্থই নাই যে, প্রায় তাঁহাদিগের গৃহে দুই একটি গোরু নাই। গবাদি পশু পীড়িত হইলে রোগ প্রতিকারের নিমিত্ত পরমুখাপেক্ষী না হইয়া তাহার সহজ চিকিৎসা শিখিয়া রাখা যে, প্রত্যেক গৃহস্থের পক্ষে একটি গুরুতর আবশ্যক, তাহা বোধ হয় সকলেই এক বাক্যে স্বীকার করিবেন। সুতরাং এস্থলে গো-জাতির রক্তামাশয় রোগের চিকিৎসা উল্লেখ করা নিতান্ত আবশ্যক বিবেচনায় নিম্নে লিখিত হইল।

লক্ষণ।—গো-জাতির এই রোগ উপস্থিত হইলে তাহারা বারম্বার নাদে। নাদের সহিত আম ও রক্ত মিশ্রিত থাকে। কখন কখন গুটলি বা জলবৎ নাদের সঙ্গেও ঐ সকল নির্গত হইয়া থাকে। ঐ আম ঠিক ডিমের ভিতরাকার ছেকড়া ছেকড়া লালের ছায়। রোগের সময় কখন কখন কম্প দিয়া জ্বরও হইতে দেখা যায়। উদরাময় এবং বসন্ত রোগের পরেও এই রোগ হইয়া থাকে। নাদিবার সময় অত্যন্ত বেগ দিতে দেখা যায়। কখন কখন এত জোরে বেগ দেয় যে, মলদ্বার উন্টাইয়া গিয়া

থাকে। পেটে বেদনার সঙ্গে শূলের লক্ষণ উপস্থিত হইলে এবং সর্বদা বাহ্যে হইতে থাকে।

চিকিৎসা।—অত্যন্ত বেগের সহিত নাদ হইতে থাকিলে এবং পেটে বেদনা কিম্বা শূলনির লক্ষণ দেখিলে একগাছি দড়ি দিয়া পেট কসিয়া বাঁধিয়া দিতে হইবে। ইহাতেও নিবারণ না হইলে, লোহা পুড়াইয়া লালবর্ণ করিয়া তদ্ধারা অল্প পরিমাণে দাগ দিলেও শীঘ্র উপকার হইবে। এই সকল উপায় ভিন্ন লিখিত ঔষধগুলি ব্যবহার করিলে নিশ্চয় আরোগ্য হইবে।

গরম জলে এক টুকরা কষল কিম্বা ফ্লানেল কাপড় ভিজাইয়া আধ ঘণ্টা হইতে এক ঘণ্টা পর্য্যন্ত পেটে সেক দিতে হইবে। যে স্থানে সেক দেওয়া যাইবে, সেখানে শীতল বাতাস না লাগে, এজন্য একখানি শুকনা নেকড়া কিম্বা কষল দিয়া উত্তমরূপ পুঁছিয়া সরিষার তৈল চারি ভাগ, তর্পিন তৈল দুইভাগ, উত্তম করিয়া মিশাইয়া মালিস করিতে হইবে।

ধারকপিচকারী।

ভাতের ঘন মাড়	এক সের।
আকি	সিকি তোলা।

এই দুই দ্রব্য উত্তমরূপ মিশাইয়া মলদ্বারে পিচকারী দিলে রোগ আরাম হইবে।

এই সকল ঔষধে উপকার না হইয়া যদি অধিক পেট নাড়াইতে থাকে, তবে নিম্নলিখিত ঔষধটি ব্যবহার করিতে হইবে।

ধূতুরার বিচির গুঁড়া	ছয় আনা।
কর্পূর	বার আনা।
মদ	দুই ছটাক।

মদে কর্পূর মিশাইয়া তাহাতে ধূতুরা বিচির গুঁড়া এবং ভাতের তণ্ডুল ঘন মাড় এক সের দিয়া সেবন করাইতে হইবে।

আমাদের সম্পূর্ণ আশ্রয় না হইলে নিম্নলিখিত ঔষধটা ব্যবহা করা
খাইতে পারে ।

সফেদা	ছুই আনা ।
চা-খড়ির গুঁড়া	আড়াই তোলা ।
আফিং	সিকি তোলা ।

এই সকল দ্রব্য ভাতের ঘন মাড়ের সঙ্গে মিশাইয়া দিন দুইবার সেবন
করাইতে হইবে ।

পথ্য ।—আমাদের পীড়া হইতে যত দিন পশু সম্পূর্ণ আরোগ্য লাভ
করিয়া উঠিতে না পারে, ততদিন লঘু-পাক দ্রব্য আহাৰ করিতে দিতে
হইবে । কেবল মাত্র পথ্যই যে, অনেক প্রকার রোগের প্রধান ঔষধ, তাহা
মনে রাখা উচিত । একজন্ত অর্ধেক তিথির ও অর্ধেক ভাতের মাড় এবং
কলাই সিদ্ধ করিয়া পীড়িত পশুকে খাইতে দেওয়া আবশ্যিক । এই মাড়ের
সঙ্গে অল্প পরিমাণ লবণ মিশ্রিত করিয়া দিলে সমধিক উপকারের কথা ।
মল আঁটিয়া যাওয়া পর্য্যন্ত কেবল ভাতের মাড় দিতে হইবে । পরে অর্ধেক
ভাতের মাড় ও অর্ধেক তিথির মাড় দেওয়া উচিত । রোগ আরোগ্য
হওয়া পর্য্যন্ত সহজে পরিপাকযোগ্য টাটকা দ্রব্য আহাৰের ব্যবস্থা করিয়া
দিতে হইবে । এই সময় অতিরিক্ত আহাৰ দিলে যেমন রোগ বৃদ্ধি
হইবার সম্ভব, সেইরূপ উপযুক্তরূপ আহাৰের অভাব হইলেও রোগ
হইবার কথা । অল্প পরিমাণ কাঁচা ঘাস এবং সামান্য বিচালী দিলেও কোন
অনিষ্ট হয় না । এই সময় ধৈর্য আদৌ খাইতে দেওয়া কর্তব্য নহে,
কারণ উহাতে তৈলের অংশ থাকাতে রোগ বৃদ্ধি হইবার সম্ভব । আমাদের
রোগে বেল একটা প্রধান পথ্য ও ঔষধ মনে রাখা উচিত । বেল পুড়াইয়া
অথবা কাঁচা বেল চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া কিছা সিদ্ধ করিয়া আহাৰ
করিতে দিলে সমধিক উপকার হইয়া থাকে ।

বাসস্থান ।—যে স্থান বেশ শুষ্ক, পরিষ্কার, উচ্চ, ছায়াযুক্ত এবং
ভালরূপ বাতাস খেলে এরূপ স্থানে পীড়িত পশুকে রাখা আবশ্যিক ।
রাত্রিকালে শীত পড়িলে একখানি কব্বল দ্বারা পশুর গাত্র আচ্ছাদন করিয়া

দেওয়া কর্তব্য। এই সময় পশুর মল-মূত্র সর্বদা পরিষ্কার করিয়া দেওয়া আবশ্যিক।

লিখিতরূপ ঔষধ ও পথ্য এবং বাসস্থানের সুব্যবস্থা করিয়া দিলে অল্প দিনের মধ্যেই গোরুর রক্তামাশয় নিশ্চয়ই আরোগ্য হইবে।

দিক-নির্ণয়।

আমরা বাঙ্গালী; সমুদ্রযাত্রা করি না সুতরাং ক্রমে ক্রমে দিক নির্ণয় করা আমাদের প্রয়োজন হয় না। কিন্তু গৃহাদি পত্তন, দেবালয় স্থাপন বা পুষ্করিণী প্রভৃতি খননকালে, মাঝে মাঝে আবশ্যিক হইয়া থাকে। “কম্পাস” দিক নিরূপণের সহজ উপায়। কিন্তু আমাদের মধ্যে অতি অল্প লোকই উহা ব্যবহার করিয়া থাকেন। সাধারণের পক্ষে উহা সহজ প্রাপ্য নহে এবং অনেকেই উহার ব্যবহারও সম্যক অবগত নহেন। সুতরাং গৃহনির্মাণাদি কার্যে দিক নিরূপণের প্রয়োজন হইলে, উহা প্রায় আদ্যজ্ঞেই সাধিত হইয়া থাকে। কিন্তু সম্যক বায়ু সঞ্চালন এবং উত্তাপ ও আলোকের উপর, গৃহাদির স্বাস্থ্যকারিতা যেরূপ নির্ভর করে, তাহাতে স্থানীয় বায়ু প্রভৃতির গতি জানিয়া, ঠিক দিক নিরূপণ করত, উহাদিগের পত্তন দেওয়া নিতান্ত আবশ্যিক। নিম্নে দিক নিরূপণ করিবার একটা উপায় লিখিত হইয়াছে। উহা অতি সহজ এবং ব্যয়-শূন্য; সুতরাং সকলেরই আয়ত্তাধীন।

যে স্থানে দিক নিরূপণ করিতে হইবে, সেই স্থানে অথবা যদি উহা অসম্ভবতল হয়, কিম্বা তথায় রোঙ্গ না যায়, তাহা হইলে, উহার নিটস্থ কোন সমতল বা অনাবৃত ভূমিখণ্ডের উপর, একটা সরল লাঠী ওলন করিয়া ঠিক লম্বভাবে পুতিত হইবে। ঐ লাঠীরগোড়া কেন্দ্র করিয়া উক্ত ভূ-ভাগের উপর একটা বৃত্ত অঙ্কিত কর। ঐ বৃত্তের ব্যাসার্ধ যেন উক্ত লাঠীর প্রত্যেককালের ছায়ার অপেক্ষা বড় না হয়। লাঠীর অগ্রভাগের ছায়া,

ছইবার ঐ বৃত্তের পরিধি, ছই বিন্দুতে স্পর্শ করিবে—একবার ঘাটিকা পূর্বে এবং আর একবার উহার পরে সাবধানের দৃষ্টিত যথা সময়ে নিরীক্ষণ করত, ঐ ছই বিন্দু স্থির করিয়া, উহাদের মধ্যস্থিত, উক্ত বৃত্তের পরিধির অংশ সম ছইভাগে বিভক্ত কর। যে বিন্দুতে উহা সমস্থিতিত হইবে, সেই বিন্দু এবং উক্ত লাঠীর গোড়া, অর্থাৎ ঐ বৃত্তের কেন্দ্র, এই উভয়ের সংযোগকারী সরলরেখা উত্তর দক্ষিণ-স্থচক রেখা হইবে; অর্থাৎ ঐ উভয় বিন্দুতে সংলগ্ন করিয়া একটা দড়ি সরলভাবে বিস্তারিত করিলে, উহার এক প্রান্ত উত্তরমুখে এবং অপর প্রান্ত দক্ষিণ মুখে থাকিবে।

উপরোক্ত বৃত্তের পরিধিতে, উক্ত লাঠীর অগ্রভাগের ছায়াপাত, একবার পূর্বাঙ্গে এবং আর একবার অপরাঙ্গে হইয়া থাকে। সুতরাং উহা একবার দেখিবার কিঞ্চিৎ ভুল হইলে, উত্তর ও দক্ষিণ-স্থচক রেখারও সেই পরিমাণে ভুল হইয়া থাকে। এই ভুল ঘাঘাতে না হয়, সেইজন্য উপরোক্ত একটা বৃত্তের পরিবর্তে, ছই বা তিনটা সমকৌণিক বৃত্ত অঙ্কিত করিয়া, উহাদের প্রত্যেকের পরিধিতে উক্ত লাঠীর অগ্রভাগের ছায়াপাত নিরীক্ষণ করিলে ভাল হয়। এইরূপে প্রত্যেক বৃত্তে যে ছই ছইটা বিন্দু পাওয়া যাইবে, তাহাদের মধ্যস্থিত পরিধির অংশগুলি সমভাবে বিভক্ত করিলে, ঐ সমস্থিতি-কারী বিন্দুগুলি বৃত্ত সমুদায়ের কেন্দ্রের সহিত এক সরল রেখায় থাকিবে। যদি ঐরূপ না থাকিয়া কিঞ্চিৎ ইতর বিশেষ হয়, তাহা হইলে উহাদের অস্তরের গড় ধরিয়া একটা বিন্দু নিরূপণ করত, ঐ বিন্দু এবং উক্ত লাঠীর গোড়া, এই উভয়ের সংযোগকারী সরল রেখা, ঠিক উত্তর দক্ষিণ-স্থচক রেখা হইবে। স্থান ভেদে কম্পাস ও দিক্ নিরূপণে কিঞ্চিৎ ভুল হইয়া থাকে, কিন্তু উপরোক্ত নিয়মে ঠিক নিরূপণ করিলে তাহাতে অগুমাভাব ভুল হইবার সম্ভাবনা নাই।

এইরূপে উত্তর দক্ষিণ-স্থচক রেখা এক স্থানে নিরূপিত হইলে; প্রয়োজনানুসারে, সমান্তরাল রেখা টানিয়া উহা নিকটবর্তী স্থানান্তরে অনারমসে লইয়া যাওয়া যাইতে পারে।

উত্তর ও দক্ষিণ-দিক নিরূপিত হইলে, অপর দুইদিক এবং ঈশান ও

বায়ু প্রভৃতি চারি কোণ, সহজেই স্থির করা যাইতে পারে। যদি নিকটে মন্দির থাকে, তাহা হইলে উক্ত উত্তর দক্ষিণ-সূচক রেখায় মাটিমের এক বাহু লাগাইলে, উহার অপর বাহু পূর্ব ও পশ্চিমাভিমুখে থাকিবে। যদি মন্দির না থাকে তাহা হইলে উত্তর দক্ষিণ-সূচক রেখার পরস্পর তিন হস্ত অন্তরে দুইটা পেরেক বিদ্ধ কর। দুই গাছি সূত্র লইয়া উহাদের এক-গাছির অগ্রভাগ একটা পেরেক এবং অপর গাছির অগ্রভাগ অপর পেরেকে দৃঢ়রূপে বদ্ধ কর। অন্তরে একটা সূত্রে, পেরেক হইতে চারি হস্ত অন্তরে এবং অপরটাতে পেরেক হইতে পাঁচ হস্ত অন্তরে এক একটা গাঁইট দাও। পরে ঐ দুইটা গাঁইট একত্রিত করিয়া, সূত্রদ্বয় টান টান করিয়া ধরিলে, চারি হস্ত পরিমিত সূত্রটি পূর্ব ও পশ্চিম মুখে থাকিবে।

এইরূপে চারিদিক নিরূপণ করিয়া উহাদের মধ্যস্থিত কোণগুলি সম-বিশিষ্ট করিলে, ঈশান, বায়ু প্রভৃতি কোণ চতুর্থাংশ জ্ঞাত হওয়া যায়।

অপরিচিত স্থানে যাইলে, কাহারও কাহারও দিক ভুল হইয়া থাকে। উপরোক্তরূপে দিক নিরূপণ করিতে কিঞ্চিৎ সময়ের আবশ্যক হয়। সুতরাং পশ্চিমধ্যে দিগ্ভ্রম হইলে, দিবসে বেলা অনুমান করত সূর্য্য দেখিয়া এবং সন্ধ্যাতে নক্ষত্রাদি দেখিয়া দিক লক্ষ্য করিতে হয়। কিন্তু যদি আকাশ মেঘাচ্ছন্ন থাকে, তাহা হইলে বৃক্ষাদি দেখিয়া মোটামুটিরূপে দিক নিরূপণ করা যাইতে পারে। গাছের ছাল দক্ষিণদিক অপেক্ষা উত্তরদিক, কিঞ্চিৎ বিবর্ণ ও অপরিষ্কৃত থাকে। দক্ষিণদিকের ছাল অপেক্ষাকৃত শুষ্ক ও মৃণাল হয়। ছালের এইরূপ বিভিন্নতা দেখিয়া উত্তর ও দক্ষিণ-দিক জানা যায়। যে সকল লোক জঙ্গল মধ্যে সর্বদা বাস করিয়া থাকে, তাহার তাহাদিগের দিক নিরূপণ পক্ষে অত্র কোন সহজ উপায় দেখা যায় না। সুতরাং তাহার প্রকৃতির এই অপরিবর্তনীয় নিয়মের প্রতি লক্ষ্য করিয়া অনায়াসেই দিক নিরূপণ কার্য্য সমাধা করিয়া থাকে। বৃক্ষাদির ছালের যে এইরূপ প্রভেদ চিহ্ন তাহা প্রত্যেক ব্যক্তিই পরীক্ষা করিলে প্রমাণ পাইতে পারেন।

মুষ্টিযোগ বা টোটকা ঔষধ ।

মুষ্টিযোগে যে সকল ঔষধ ব্যবহার হইয়া থাকে, তদ্বৎসুদার প্রত্যেক গৃহস্থেরই জানিয়া রাখা আবশ্যক। অনেক সময় দেখা যায়, বহুদলী চিকিৎসক বহুবিধ ঔষধ দ্বারা যে সকল রোগ আরাম করিতে অসমর্থ হইয়া থাকেন, সেই সকল রোগে সামান্য গাছগাছড়া এবং হই একটা সামান্য দ্রব্য কিম্বা সহজ উপায়ে আরোগ্য হইয়া থাকে। গৃহস্থ ঘরে কথায় কথায় চিকিৎসক আনয়ন করা কিছু সহজ নহে, এজন্য আশা করি আমাদের পাঠকবর্গ এই সকল ঔষধের প্রতি সমধিক বড়বান হইবেন।

কাশির ঔষধ ১—ছোট ছেলেদের যে সময় অত্যন্ত সর্দি লাগিয়া কাশিতে দম আটকাইয়া আইসে, কখন কখন বুকের ভিতর প্লেগা বন্ধ হইয়া শ্বাস প্রবাসেরও ব্যাঘাত করিয়া তুলে, এরূপ অবস্থায় যদি মুক্তবর্শির (১) পাতার রস আধ ঝিঝুক সেবন করান যায়, তবে তৎক্ষণাৎ সর্দি হইয়া সমুদার প্লেগা উঠিয়া বাইবে। কাহার কাহার বাহে দ্বারাও উপশম হইয়া থাকে।

মলমূত্র বন্ধ হইয়া পেট ফুলিয়া রোগীর অত্যন্ত যন্ত্রণা বৃদ্ধি হইলে মুক্তবর্শির পাতা ও সোরা এক সঙ্গে বাটিয়া পেটে প্রলেপ দিলে অবিলম্বে তাহার মল-মূত্র নির্গত হইয়া যাতনার শান্তি করিবে। শিশু হইতে বৃদ্ধের পর্য্যন্ত উহা দ্বারা উপকার হইয়া থাকে।

শুঠ ও গোলমরিচ এবং পিপুল শুঁড়া করিয়া মধুর সহিত অবলেহন করিয়া শেষে মিহির শুঁড়া খাইলে কাশি ভাল হইবে।

মিহরি আর জাঙ্গিহরীতকী জলে ঘষিয়া হই ঝিঝুক পরিমাণ সেবন করিলে কফ অধঃ হইয়া যায়।

বুকে কফ বসিলে তাহার ঔষধ ১—হরিদ্রা, বচ, কুড়, পিপুল, জিরে, ক্ষেত্রজমানী, জ্যোৎস্বিনু, সৈন্ধবলবণ প্রত্যেক সিকি তোলা হইয়া শুঁড়া করত মধুর সহিত মিশাইয়া চাটিয়া খাইতে হইবে।

(১) কোন কোন স্থানে মুক্তবর্শির গাছকে মুক্তবুরিও কহিয়া থাকে।

হাঁপানি কাশি ।—মিছরি এবং মধু এক সঙ্গে মিশাইয়া প্রদীপের শিখায় গরম করিয়া বারবার চাটিয়া খাইতে হইবে। আর দিনের মধ্যে তিন চারিবার কডলিভার ওয়েল বৃকে এবং পাঁজরে মালিস করিতে হইবে।

মধু ও তুলসী পাতার রস এক কিছুক পরিমাণ লইয়া শিশুদিগকে সেবন করাইলে কাশি ভাল হইয়া থাকে।

ময়ূর-পাখা ভস্ম ও মধুর সহিত মিশাইয়া অবহেলন করিলে কাশি আরাম হয়।

নাসিকা হইতে রক্ত-স্রাব ।—দাড়িমের ফুলের রস নাস লইতে হইবে। স্বত দিয়া আমলকী ভাজিয়া ব্রহ্মতালুতে প্রলেপ দিবে। চিনির জলে-চন্দন মিশাইয়া নাসিকা দ্বারা পান করিবে।

দন্ত-শূল ।—পাপড়ি খয়ের, মুসকর, তুঁতে ও কর্পূর সমান পরিমাণ লইয়া গুঁড়া কর এবং যেখানে ফুলিয়াছে, সেখানে দেও। হরীতকী পুড়াইয়া তাহাতে দধ তুঁতিয়া ও কাঁচা হিরাকস এক সঙ্গে গুঁড়াইয়া দন্ত-মূলে লাগাও সমস্ত যন্ত্রণা নিবারণ হইয়া দাঁতের গোড়া শক্ত হইবে।

কর্পূর ও আফিং একসঙ্গে মিশাইয়া বেদনার স্থানে দেও সকল জ্বালা তৎক্ষণাৎ নরম পড়িবে।

কুচলিয়া জ্বালাইয়া তাহার ধূম রহিত হইলে গুঁড়া করিয়া দন্ত-মূলে লাগাও, দেখিবে তোমার সমুদয় যন্ত্রণা ঘুচিয়া যাইবে।

স্তনের ক্ষত ।—শিশুদিগের স্তন-পান জনিত স্তনে ক্ষত হইলে পরিকৃত জলে বাবলা কিংবা দালিমের ছাল সিদ্ধ করিয়া সেই জলে অল্প পরিমাণ ফটুকির গুঁড়া মিশাইয়া তদ্বারা দিন কতক ক্ষত ধুইলে উহা নিশ্চয় আরাম হইবে।

কাচ অথবা চিনের পাত যুড়িবার উপায় ।

গৃহস্থ ঘরে প্রায়ই দেখিতে পাওয়া যায়, কাচ এবং চিনের পাত্রাদি ভাঙিয়া গৈলে তাহা ফেলিয়া দিয়া থাকেন। কিন্তু যদি উহা যুড়িবার

উপায় জানা থাকে, তাহা হইলে অনর্থক উহা আনষ্ট হয় না। আমরা আশা করি পাঠকবর্গ নিম্নলিখিত উপায় অবলম্বন করিয়া কাচ ও চিনাবাসন প্রভৃতির ফাটা ও ভাঙা সারিয়া লইতে পারিবেন।

হাঁস কিম্বা মুরগী প্রভৃতির ডিমের শাদাংশ পরিষ্কার করিয়া এবং গরম গোঁড়া চুণের গুঁড়র সহিত অত্যন্ত পেষণ করিতে হইবে। এই মিশ্রিত পদার্থে যে পুটিন প্রস্তুত হইবে, তদ্বারা ভাঙা বাসনাদি যুড়িলে উহা বেশ আঁটিয়া যাইবে।

ডিমের ভিতরের তরলাংশ এবং স্ফেদা সমান পরিমাণে লইয়া এক সঙ্গে পেষণ করিলে যে পুটিন প্রস্তুত হইবে, তদ্বারাও উত্তম যোড় হইতে পারে।

কাচ পাত্রের পরিমাণানুসারে রসুনের খোসা ছাড়াইয়া ছোঁচিয়া তদ্বারা ফাটা কিম্বা ভগ্ন স্থানে যোড় দিলে উত্তমরূপ আঁটিয়া যাইবে।

আল্কাতরা গলাইয়া, মুদ্রাশঙ্খ এবং ইঁটের গুঁড়া তাহাতে মিশাইয়া যে এক প্রকার পুটিন প্রস্তুত হইবে, ইহাও যোড়ের পক্ষে অতি উত্তম। কিন্তু যদি উহা অপেক্ষাকৃত দৃঢ় করিতে হয়, তবে ইঁটের গুঁড়া তীব্র ছিকীতে ভিজাইয়া তাহার আট ভাগ মুদ্রাশঙ্খ তাহাতে দিয়া মাড়িতে হইবে। এই পুটিন পাথরের ত্রায় কঠিন হইবে।

পাথরের হুকায় নলিচা এবং ঘণ্টন প্রভৃতির তলায় টিনের চাক্তি খুলিয়া গেলে একটা কাজ কর। একটা পাত্রে রজন ধূনা রাখিয়া জাল দিতে থাক। পরে তাহাতে চাখড়ি এবং মোম দিয়া আধ ঘণ্টা সময় পর্য্যন্ত জালে রাখিয়া খুব নাড়িতে থাক। যখন দেখিবে সমুদায়গুলি উত্তমরূপ মিশিয়া আটার ত্রায় চটচটে হইয়াছে, তখন তাহা নামাইয়া লও। এই আঠা দ্বারা লণ্ঠন এবং হুঁকা প্রভৃতি যুড়িয়া দেখ কেমন হৃদয় আঁটিয়া গিয়াছে।

গুগুলি কিম্বা শামুকের ভিতর হইতে লালারং যে এক প্রকার রস নির্গত হয়, তদ্বারা কাচের পাত্র যুড়িলে উহা বেশ আঁটিয়া যায়।

ছারপোকা নান্দ্রকার উপায়

ছারপোকা যে কিরূপ ক্ষুদ্র শত্রু, সে পরিচয় বোধহয় কাহাকেও লিখিয়া বুঝাইয়া দিতে হয় না। এই শত্রুর যত্নশায় সর্বদাই অস্থির করিয়া ছলে। শয্যা কি আসন কোন স্থানেই স্থির হইয়া বিশ্রাম স্থখ ভোগ করিবার যো নাই। এইজন্য প্রত্যেক গৃহস্থেরই কর্তব্য বিশেষ বস্ত্র সহকারে এই শত্রু নিপাত করা। এককালে ছারপোকাকার বংশ বিনাশ করা বড় সহজ কথা নহে।

গৃহস্থগণ যদি প্রতিদিন আপন আপন বিছানা ও বসিবার আসন জুখিয়া চেয়ার, বেঞ্চ এবং মাহুর প্রভৃতি পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিতে বস্ত্র করেন, তাহা হইলে উহার উৎপাত অনেকটা কমিয়া আইসে। বিছানাদি যত ময়লা হয়, বাসস্থান প্রভৃতি যত অন্ধকার স্থানে হয়, ততই ছারপোকাকার বংশ বৃদ্ধি হইয়া থাকে। অন্যান্য সময় অপেক্ষা বর্ষাকালে ছারপোকা অধিক জন্মিয়া থাকে। কারণ এই সময় প্রায় সর্বদাই বৃষ্টি-পাত হওয়াতে জলীয় হাওয়ার বিছানা প্রভৃতি অল্প অল্প সোঁতা থাকে, রৌদ্র লাগাইয়া উহা ভালরূপ শুখাইতে পারা যায় না এজন্য ছারপোকাকার ডিম ফুটিয়া ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কীট উৎপন্ন হইয়া থাকে। আর এই সময়ে ডিমও অধিক পরিমাণে জন্মায়।

প্রতিদিন বিছানা রৌদ্রে দিয়া ছারপোকা বাছিয়া মারিতে হয়। নিত্য মারিতে আরম্ভ করিলে উহার বংশ হ্রাস হইয়া আইসে। যে যে স্থানে ছারপোকা হইয়া থাকে, তথায় অল্প পরিমাণে গুড়, চিনি প্রভৃতি মিষ্ট দ্রব্য ছড়াইয়া রাখিলে পিপীলিকা সঞ্চার হইয়া উহা বিনাশ করিয়া কেলে, পিপীলিকা ছারপোকাকার একটা প্রধান শত্রু।

গন্ধকের ধূয়া ছারপোকাকার একটা পরম ঔষধ। যে ঘরে অত্যন্ত ছারপোকা হইয়া থাকে, সেই ঘরের চারিদিকের দরোজা ও জানালা প্রভৃতি বন্ধ করিয়া দিয়া আধ পোয়া গন্ধক এবং গন্ধক মাখান নেকড়ায় আঙুল ধরাইয়া দিয়া চব্বিশ-ঘণ্টা পর্যন্ত দরোজা প্রভৃতি বন্ধ রাখিতে

হইবে। এই সময় আর একটা কথা মনে রাখা উচিত অর্থাৎ যে গৃহে ঐরূপ গন্ধক পোড়ান হইবে, সেই ঘর হইতে ভাল ভাল কাপড়কাটা, খাট, পাঁজ এবং ভাল বস্তাদি বাহির করা আবশ্যক, কারণ গন্ধকের ধূঁয়াতে ঐ সকল জিনিস নষ্ট হইবার সম্ভব। এইরূপ নিয়মে গন্ধকের ধূঁয়া লাগাইলে ছারপোকাকার ডিম পর্যন্ত মরিয়া যাইবে।

খাট, পাঁজ এবং চেয়ার, বেঞ্চ প্রভৃতিতে ছারপোকা হইলে এক সের ফটকির অল্প গুঁড়া করিয়া ন-পোয়া ফুটন্ত জলে উহা দিতে হইবে। বস্ত্রের পর্যন্ত ফটকির উত্তমরূপে জলের সঙ্গে মিশিয়া না যাইবে, ততক্ষণ পর্যন্ত উহা ব্যবহারের উপযুক্ত হয় নাই মনে করিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা বেশ মিশিয়া গিয়াছে, তখন ঐ গরম জল যে যে স্থানে ছারপোকা হইয়াছে, সেই সেই স্থানে দিতে হইবে। জল বত গরম থাকে ততই ভাল। লিখিত নিয়মে গরম জল দ্বারা ছারপোকা নিশ্চয়ই মরিবে।

কোন কোন ঘরে এত অধিক ছারপোকা হইয়া থাকে যে, কড়িকাঠি এবং দেওয়াল হইতে আপনিই পড়িতে থাকে, এইরূপ অবস্থাপন্ন গৃহ হইলে কলিচূণ ও রঙে ফটকির মিশাইয়া দেওয়াল ও কাঠে দেওয়া উচিত।

ফলতঃ ছারপোকা মারিবার যত প্রকার ঔষধ আছে তন্মধ্যে নিত্য বিছানা প্রভৃতি রোজে দেওয়া এবং সর্বদা মারিতে চেষ্টা করাই ভাল।

কৃষিকার্য্যে গৃহস্থগণের দৃষ্টিরাখা উচিত।

খাটে খাটায় লাভের গাঁতি।

তার অর্ধেক কাঁধে ছাঁতি ॥

ঘরে বসে পুছে বাত।

তার ঘরে হা ভাত ॥

পূর্বকাল গৃহস্থগণ চাষ আবাদ করিয়া কেমন সুখস্বচ্ছন্দে সংসার চালাইতেন। অন্ন বস্ত্রের জন্য তাঁহাদিগকে প্রায় অস্ত্রের দ্বারস্থ হইতে হইত

না। কিন্তু সমধিক আক্ষেপের বিষয় এই যে, এখনকার গৃহস্থগণ চাষ আবাদ করাকে অতি নীচ কার্য্য বিবেচনা করিয়া অন্যের গোলামী করাকে সুখ ও সম্মানের কাজ বিবেচনা করিয়া থাকেন। আমাদের পদতলস্থ মুক্তিকার মধ্যে যে, মনুষ্য-জাতির জীবনোপায় লুক্কায়িত রহিয়াছে, তাহা তাঁহারা দেখিয়াও দেখেন না। আমরা প্রত্যক্ষ দেখিতেছি যে, গৃহস্থগণ যতই চাষ আবাদে উদাসীন হইতেছেন, ততই সংসার মধ্যে কষ্ট-শ্রোত বৃদ্ধি হইতেছে। এই প্রত্যক্ষ ক্রেশ ভোগ করিয়াও তাঁহাদিগের জ্ঞানোদয় হয় না! চাষ আবাদে মনোযোগ থাকিলে কি নিয়মে ঐ কার্য্য করিতে হয়, তদসম্বন্ধে উপরি লিখিত বচনটা জীবন্ত উপদেশ স্বরূপ। যে ব্যক্তি মজুরদিগের সঙ্গে খাটিয়া আবাদ করিতে পারে, তাহার নিশ্চয় লাভ হইয়া থাকে, আর যে তাহা না করিয়া তত্ত্বাবধান করিতে পারে, তাহার অর্দ্ধেক পরিমাণ লাভের কথা। যে গৃহস্থ চাষ আবাদে নিজে পরিশ্রম না করিয়া গৃহে বসিয়া চাষের সংবাদ লইয়া থাকে, তাহার লাভের আশা অল্প, সুতরাং তাহার গৃহে অল্পের কষ্ট কখনই ঘুচে না।

কেবলমাত্র যে, পরিশ্রম করিলেই চাষে লাভ হয় এরূপ নহে। চাষের উপযুক্ত সময় না বুঝিয়া উহাতে প্রবৃত্ত হইলেও লাভ করা যায় না, এজ্জা মুক্তিকা ও সময়ের প্রতি দৃষ্টি রাখিয়া চাষ করিতে হয়। কোন্ কোন্ সময়ে এদেশে চাষ আবাদ করিলে ফসল ভাল হইয়া থাকে, তাহার প্রতি দৃষ্টি রাখা উচিত।

এদেশে চাষ আবাদের পক্ষে দুইটা সময়ের প্রতিই অধিক মনোযোগ দিতে হয়। যদিও ভূমির উর্বরতা বশতঃ বার মাসেই চাষ আবাদ চলিতে পারে; কিন্তু বৈশাখ ও আশ্বিন কার্তিক মাসেই সেই সকল চাষের প্রথম সূত্রপাতের সময়। বর্ষাকালে যে সকল ফসল হইয়া থাকে, সেই সকল ফসলের জন্য বৈশাখ মাসে যেরূপ চাষে মনোযোগ দিতে হয়। সেইরূপ শীত ঋতুর চাষ আবাদের পক্ষে আশ্বিন ও কার্তিক মাসও কৃষি-কার্য্যের একটা প্রধান সময় মনে রাখিতে হইবে। শীতের অবসানে মুক্তিকা অত্যন্ত কঠিন অবস্থা প্রাপ্ত হইয়া থাকে, এজন্য বৈশাখ

মাসে হল চালিত ও খনিত হইলে মৃত্তিকা শিথিল হইয়া থাকে সুতরাং বর্ষার বৃষ্টির জল তন্মধ্যে প্রবেশ করিয়া ভূমির প্রজনন-শক্তি সমৃদ্ধি বৃদ্ধি করিয়া তুলে। কঠিন মৃত্তিকার কোন প্রকার চাষ করিলে উদ্ভিদ-দিগের শিকড় যে, আবশ্যক মত সঞ্চারিত এবং রস গ্রহণ করিতে অসমর্থ হইয়া থাকে, ইহা লোকে সহজেই বুঝিতে পারেন। পক্ষান্তরে আশ্বিন ও কার্তিক মাস হইতে বর্ষা প্রায় শেষ হইয়া যায়। সুতরাং এই সময় ভূমিতে চাষ দিলে বর্ষাকাল আগাছা সকল বিনষ্ট এবং বৃষ্টির জল সঞ্চিত বশতঃ ভূমিতে যে অধিক পরিমাণে রস সঞ্চিত হয়, তাহা বিগুণ হইয়া গাছপালার পক্ষে সমৃদ্ধি উপকারজনক হইয়া থাকে। এই জন্যই এদেশে আশ্বিন ও কার্তিক মাস চাষ আবাদের প্রধান সময় মনে রাখা উচিত। শীতকালে যে সকল শাক সবজি এবং শস্তাদির ফসল হইয়া থাকে, তজ্জন্য এই সময়টী অত্যন্ত মূল্যবান্ জ্ঞান করা আবশ্যক। যে বৎসর আশ্বিন মাসেই বর্ষা শেষ হয়, সে বৎসর আশ্বিন মাস হইতে নতুবা কার্তিক মাসেই চাষ আবাদ করিতে হয়।

আলু, কপি, মূলা, ছোলা, মটর, গম, যব, তিল, সরিষা একং ডামাক প্রভৃতি রবি বা হরিৎ খন্দ চাষের পক্ষে এই সময় অত্যন্ত প্রশস্ত। ষাঁহারাত্ত্র মাসে কপির বীজ ফেলিয়া চারা তৈয়ার করিয়া থাকেন। তাঁহাদিগের কর্তব্য ক্ষেতে দেড় হাত অন্তর কপির চারা পুতিবেন। পোনর দিন অন্তর উহাতে জল ছেঁচিয়া দিবেন এবং যো হইলে মাটি খুসিয়া দিবেন। মাটি খুসিবার সময় চারার গোড়ায় অল্প পরিমাণে খৈল দেওয়া আবশ্যক। কপির চারা পুতিবার সময় দুই পাশে দাঁড়া বাঁধিয়া তন্মধ্যস্থ জোলে উহা পুতিতে হয়। এই সময় সেই দাঁড়া ভাঙিয়া জমি সমান করিয়া দিয়া কেবল চারার গোড়ায় মাটি বাঁধিয়া দিতে হইবে।

কপির ন্যায় গোলআলু, রাঙাআলু, মূলা, শিম, মানকচু, গাজের, শালগম, বিটপালন, এণ্ডামূলা, মাজাজী পিয়াজ প্রভৃতি অনেক

প্রকার দেশী ও বিলাতী শাক সবজীর আবাদ ও পাইটের সমর এদেশে প্রচলিত: ফুল, বাঁধা এবং গুলকপিরই চাষ হইয়া থাকে ।

আমরা যে সকল শাক সবজী ব্যবহার করিয়া থাকি, তন্মধ্যে কতকগুলি দেশীয় এবং অন্যগুলি বিদেশীয় । বিদেশীয় অধিকাংশ শাক সবজীই প্রায় ভাদ্র মাসের শেষ হইতে এবং কার্তিক মাসের মধ্যেই চাষ আবাদ করিতে হয় । কারণ ঐ সকল ফসল প্রায় শীতকালেই খাদ্যের উপযুক্ত হইয়া উঠে । বিদেশীয় শাক সবজী চাষের সহিত দেশীয় শাক সবজী চাষের এই প্রভেদ যে, ঐ সকল ফসলের চাষে জমির অভ্যন্ত পাইট করিতে হয় এবং প্রত্যেক চাষে ঐষল, গোবর প্রভৃতি সার না দিলে ফসল ভাল হয় না । এদেশের অনেক প্রকার শাক সবজী আছে, ঐ সকলের আবাদে জমির কোন প্রকার পাইট কিম্বা সারাদি দেওয়ার রীতি নাই অথচ প্রচুর ফলিয়া থাকে । কারণ এ দেশের মৃত্তিকার একরূপ উর্বরতা শক্তি যে, সার না দিলেও উহাতে সারের কার্য্য করিয়া থাকে । তবে সার ও পাইট সহকারে চাষ করিলে উহার আরও উন্নতি হইতে পারে ; ভবিষ্যে কোন সন্দেহ নাই । -

প্রতি গৃহস্থের কর্তব্য স্ব স্ব আবাস বাটীর সংলগ্ন ভূমিতে নিত্যব্যবহার্য্য শাকসবজী প্রভৃতি চাষ আবাদ করিয়া যথেষ্ট স্বচ্ছন্দে সংসার নির্বাহ করেন । নতুবা প্রত্যেক জিনিসের জন্য পরস্পর হাতে করিয়া বাজারে যাওয়া একটা কলঙ্ক মনে করা উচিত । গৃহ-জাত শাক সবজী এবং ফলাদি বেকরূপ টাটকা আহাৰ করিতে পাওয়া যায় ; বাজারে সেকরূপ পাওয়া কঠিন । এজন্য এদেশে একটা গল্প আছে, কোন গৃহস্থ মৃত্যুকালীন তাঁহার পুত্র-দ্বিগকে উপদেশ দিয়া গিয়াছিলেন—“বাপু হে বাড়ীতে নিত্য হাট বাজার বসাইবে ।” এই হাট বাজারের অর্থ যে গৃহস্থলগ্ন ভূমিতে মানা প্রকার চাষ আবাদ দ্বারা ফুল, ফল এবং শস্তাদি দ্বারা সুশোভিত রাখা, তাহা সকলেই বুঝিতে পারেন । অনেক প্রাচীনা গ্রন্থের মধ্যে শুনিতে পাওয়া যায় ;—

“বাড়ীর গাছা—আর পেটের বাছা” অর্থাৎ সন্তান যেমন পিতামাতার উপকার সাধন করিয়া থাকেন, সেইরূপ বাড়ীর গাছপালাও গৃহস্থগণের

সর্বদা উপকার করিতে বঞ্চিত করে না । কৃষি-কার্য্য বর্ধিত করিতে
 পরিশ্রম-জনক কিন্তু সকল প্রকার চাষ আবাদে যে, অধিক পরিশ্রম করিতে
 হয় না, তাহা এদেশের অনেকের বিশেষরূপ অবগত আছেন । আমরা
 দেখিতে পাইয়া থাকি, পল্লীগ্ৰামের অনেক ভদ্র-কুল-কামিনীরা স্ব স্ব বাড়ীতে
 ছুই একটা শিম, বেগুন, মশা, কুমড়া প্রভৃতির গাছ রোপণ করিয়া প্রচুর
 ফল লাভ করিয়া থাকেন, কেবলমাত্র যে, ফল লাভ করিয়া নিরস্ত থাকেন,
 তাহাও নহে, প্রতিবেশীদিগকে উহা স্বহস্তে বিতরণ করিয়াও নির্বল
 আনন্দ ভোগ করিতে বঞ্চিত হয়েন না । পরমেশ্বর আমাদের আর কোন
 বিষয় স্মৃতি করুন বা নাই করুন কিন্তু ভূমির একুশ প্রজনন-শক্তি প্রদান
 করিয়াছেন যে, সামান্য বৃক্ষে প্রচুর ফল ও শস্ত লাভ হইয়া থাকে । কিন্তু
 দুঃখের বিষয় এই আজকাল অধিকাংশ গৃহস্থগণকেই প্রায় দেখিতে পাওয়া
 যায়, তাঁহারা স্ব স্ব আবাস সংলগ্ন ভূমিখণ্ড কেলিয়া রাখেন, অথচ নিত্য
 ব্যবহার্য্য শাক সবজির জন্ত বাজারের অপেক্ষা করিয়া থাকেন । আমরা
 আশা করি গৃহস্থালীতে আমাদের নিত্য ব্যবহার্য্য চাষ আবাদের যে সকল
 সহজ সহজ উপায় প্রকাশিত হইবে সেই সকল বিষয় পাঠ করিয়া গৃহস্থগণ
 নিত্য ব্যবহার্য্য শাক সবজির চাষে কৃতকার্য্যতা লাভ করতঃ আর যেম
 বাজারের মুখ অপেক্ষা না করেন ।

গর্ভপ্রাব সম্বন্ধে সাবধানতা ।

গর্ভাবস্থায় যে সকল নিয়ম প্রতিপালন করিলে গর্ভিনী স্বাস্থ্যকে
 প্রসব করিতে সক্ষম হয়েন, তাহা পূর্বে উল্লেখ করা হইয়াছে । অনেক
 স্থানেই যে, গর্ভিনী এবং গৃহস্থগণের অজ্ঞতাবশতঃই গর্ভপ্রাব হইয়া
 থাকে, তাহা একটু অল্পসন্ধান করিলেই স্পষ্ট বুদ্ধিতে পাওয়া যায় । কলকাতা
 বাহাতে গর্ভপ্রাব গর্ভিনীকে আক্রমণ করিতে না পারে, একুশ সাবধানতা
 অবলম্বন করা প্রত্যেক গর্ভবতীর পক্ষে যে, একটা গুরুতর কার্য্য,
 তাহা মনে রাখা উচিত । এখানে আর একটা বিষয়ের প্রতিও দৃষ্টি

রাখিতে হয়, অর্থাৎ এদেশে যেরূপ সামাজিক ব্যবস্থা এবং যেরূপ অন্ন বয়সে রমণীগণ গর্ভবতী হইয়া থাকেন, তাহাতে কেবলমাত্র তাঁহা-
 দিগের উপর নির্ভর করিয়া থাকিলে চলে না। এক্ষণ প্রত্যেক গৃহস্থে-
 রই উচিত স্ব স্ব গৃহস্থিতা গভীগীকে সমুচিত নিয়মে রক্ষা করা। যে
 সকল কারণে গর্ভস্রাব হইবার সম্ভব, সেই সকল কারণ প্রত্যেক ব্যক্তিরই
 জানিয়া রাখা যে, একটা গুরুতর কর্তব্য তাহাতে আর অণুমাত্রও সন্দেহ
 নাই। গর্ভস্রাব ঘটিলে গর্ভস্থ ভাবী সন্তান এবং গর্ভবতী উভয়েরই
 অনিষ্ট সাধিত হইয়া থাকে। এক্ষণ তাহাতে গর্ভস্রাব না হয়, তৎপক্ষে
 বিহিতবিধানে দৃষ্টি রাখিতে হয়। বিপদ উপস্থিত হইলে নিবারণ চেষ্টা
 করা অপেক্ষা তাহাতে বিপদ উপস্থিত হইতে না পারে, তৎপক্ষে দৃষ্টি
 রাখাই বুদ্ধিমানের কাব্য।

বহু দর্শন দ্বারা স্থির হইয়াছে যে, ত্রিশ দিনে মাসের দুই শত আশি
 অর্থাৎ নয়মাস দশদিনের মধ্যেই প্রায় শিশু ভূমিষ্ট হইয়া থাকে। যে
 সকল কারণে গর্ভস্রাব হইবার সম্ভব, উল্লিখিত সময়ের মধ্যে সকল
 সময়েই তাহা হইতে পারে। এক্ষণ গর্ভসঞ্চার হইতে সন্তান ভূমিষ্ট
 হওয়া পর্যন্ত সাবধান থাকা বিধেয়। স্বাভাবিক সময়ের পূর্বে প্রসব
 হইলে অর্থাৎ গর্ভ সঞ্চার হইতে চতুর্থ মাসের মধ্যে প্রসূত হইলে তাহাকে
 গর্ভস্রাব কহিয়া থাকে। সচরাচর প্রায়ই দেখা যায়, তিন মাসের মধ্যেই
 অধিকাংশ গভীগীর গর্ভস্রাব ঘটিয়া থাকে। তাহার কারণ তৎকালে ভ্রূণ
 জরায়ুতে দৃঢ় আবদ্ধ হইতে পারে না। এই সময়ের মধ্যে আবার অনেকের
 ক্ষুদ্র হইবার নিয়মিত কাল উপস্থিত হইলেও এই দুর্ঘটনা হইতে দেখা যায়।
 একবার গর্ভস্রাব হইলে দ্বিতীয়বার গর্ভ উপস্থিত হইলে অনেক
 গর্ভবতীকেই আতঙ্ক প্রকাশ করিতে দেখা যায়। বাস্তবিক অধিকবার
 গর্ভস্রাব হইলে নানা প্রকার উৎকট গীড়া হইবার সম্ভব। কিন্তু একবার
 গর্ভস্রাব হইলে বিশেষ কোন আশঙ্কার কারণ মনে করা উচিত নহে, তবে
 সাবধান থাকিতে অবহেলা করা কর্তব্য নহে। গর্ভস্রাবের পূর্বে যে সকল
 লক্ষণ দেখিয়া উহা জানিতে পারা যায়; তাহা এস্থলে লিখিত হইয়াছে।

লক্ষণ।—যখন দেখিবে, কোমর হইতে ব্যাধা উদরের উপরিভাগে এবং উরুদেশের মধ্যে উপস্থিত হইতে আরম্ভ হইয়াছে, পাড়াইলে মাথা ঘুরিয়া পড়িবার উপক্রম হইয়াছে, মধ্যে মধ্যে মূচ্ছা হইতেছে এবং অন্য কোন প্রকার পীড়াদি নাই অথচ শরীর অত্যন্ত দুর্বল বোধ হইতেছে, এই সকল ভাব অথবা ইহার মধ্যে দুই একটি লক্ষণ উপস্থিত হইলেই গর্ভস্রাবের পূর্ব অবস্থা মনে করিতে হইবে। আর যদি প্রসব দ্বার দিয়া সামান্যরূপ শোণিত কিংবা শোণিত মিশ্রিত রক্ত পড়িতে দেখা যায় এবং সেই সঙ্গে যদি উদর ও কটদেশের বেদনা ঘন ঘন বৃদ্ধি হইতে থাকে, আর রক্ত নির্গত হইতে দেখা যায়, তাহা হইলে নিশ্চয়ই গর্ভস্রাব উপস্থিত মনে করিতে হইবে।

আমাদের দেশের প্রাচীন আয়ুর্বেদ শাস্ত্রে এরূপ প্রকাশিত যে, এক মাস হইতে তৃতীয় মাসের মধ্যে যদি গর্ভিণীর কোন প্রকার আহার, বিহার দ্বারা গর্ভের ব্যাধাত জন্মায়, তবে তাহা রক্ষার উপায় অত্যন্ত কঠিন; কারণ সেই সময় গর্ভের কোন অংশই ঘনতা প্রাপ্ত হয় না, সুতরাং তরল পদার্থ সামান্য অত্যাচারে অধোগামী হইবার বিশেষ সম্ভব।

পূর্বে যে সকল লক্ষণ উল্লেখ করা হইয়াছে, সেই সকল লক্ষণের পর যদি প্রসব বেদনার ছায় কষ্টদায়ক বেদনা, উরু ও কটদেশের বেদনা উত্তরোত্তর বৃদ্ধি হইতে থাকে এবং প্রসব দ্বার দিয়া থানা থানা কিংবা পরিষ্কার রক্ত পড়িতে থাকে, গর্ভিণীর এইরূপ অবস্থা উপস্থিত হইলেই প্রায় গর্ভস্রাব হইতে দেখা যায়। কখন কখন আবার এরূপও দেখা যায় যে, সন্তান গর্ভে মৃত অবস্থায় অবস্থিতি করে। গর্ভস্থ সন্তান মৃত হইলে গর্ভিণীর স্তনদ্বয় সম্ভুতিত, বমিরভাব, পেট নানান এবং দুর্গন্ধ রক্ত সকল নির্গত হইয়া থাকে।

যে সকল কারণে গর্ভস্রাব বা গর্ভপাত হইয়া থাকে, সেই সকল কারণ জানিয়া রাখা অতীব আবশ্যিক। গর্ভাবস্থার দামাল অর্থাৎ দ্রুত ছেলে গর্ভিণীর নিকট রাখা উচিত নহে, কারণ অনেক সময় এরূপ দেখা গিয়াছে, দ্রুত ছেলের হাত পায়ের আঘাত কিংবা তাহার উদরের উপর ঝাঁপ দিয়া পড়িয়াও

গর্ভস্রাব উপস্থিত করিয়া থাকে। কোন 'উচ্চ স্থান হইতে পতিত হওয়া, কোন ভারি বস্তু বুলপূর্বক উত্তোলন করা, সিঁড়ি 'ভাঙিয়া উপর নীচে করা, ওরফে পরিশ্রম, দূর দূরে ভ্রমণ কিম্বা যে সকল স্থানে সমস্ত শরীর অত্যন্ত অধিকালিক্ত হয়, তাহাতে আরোহণ করা, অধিক রাত্রি আগরণ, নৃত্য, বিরচন কিম্বা উগ্র ঔষধাদি সেবন, আমাশয় প্রভৃতি রোগে বেগ দেওয়া, অত্যন্ত মানসিক চিন্তা, এককালে পরিশ্রম বর্জন, অধিক পরিমাণে ঘৃত, দুগ্ধ প্রভৃতি মেদজনক দ্রব্য ভক্ষণ এবং দিবানিদ্রা ও অত্যন্ত কোমল শয্যাশয়ন প্রভৃতি অনেক প্রকার কারণে গর্ভস্রাব বা গর্ভপাত হইয়া থাকে।

গর্ভস্রাব সম্বন্ধে দুই প্রকার সাবধানতা অবলম্বন করা যাইতে পারে অর্থাৎ গর্ভ সঞ্চার হইবার পূর্বে এবং গর্ভ সঞ্চার হইলে চতুর্থ প্রভৃতি মাসে অর্থাৎ স্রাব হওয়ার সময় পর্যন্ত যদি গর্ভিণীর অপচারজনিত রক্ত-স্রাব কিম্বা গর্ভাশয়ে বেদনা উপস্থিত হয়, তবে সেই গর্ভিণীকে অতিশয় কোমল শয্যাশয় শরীরের অধোভাগ কিঞ্চিৎ উন্নত এবং উর্দ্ধভাগ অধোভাবে শয়ন করাইয়া শীতল অথচ মৃদু ও সুখ-জনক বস্ত্র দ্বারা আচ্ছাদিত করিবে এবং অত্যন্ত শীতল জল অথবা বরফে যষ্টি-মধুর চূর্ণ ও উত্তম গাওয়া ঘৃত ভিজাইয়া রাখিয়া ঐ জলে কার্পাস তুলা ভিজাইয়া প্রসব ঘরের কিঞ্চিৎ ভিতরে প্রবেষ্ট করিয়া রাখিবে। আর ঐ জলের সেক দিলেও বিশেষ উপকার হইতে পারে। গাওয়া ঘৃত শত কিম্বা সহস্র ব্যংগ খেত করিয়া নাভির অধোভাগে পুঙ্ক করিয়া প্রলেপ দিবে। অথবা বট বৃক্ষের ছাল জলের সঙ্গে সিদ্ধ করিয়া সেই জলে কোমল বস্ত্র ভিজাইয়া নিক্রিতে এবং তাহার অধোভাগে সেক দিবে। কখন কখন গব্য-ঘৃত কিম্বা যষ্টি-মধুর জল দ্বারাও নাভির মধ্যভাগে সেচন করিয়াও উপকার হইয়া থাকে। বট প্রভৃতি ক্ষীরি বৃক্ষ সমূহের কষায় (পাচন) প্রস্তুত করিয়া অথবা যে সকল বৃক্ষের ছালে অত্যন্ত কষ, সেই ছাল দ্বারা ঘৃত কিম্বা দুগ্ধ সিদ্ধ করিয়া তাহাতে পরিষ্কার কোমল বস্ত্র ভিজাইয়া প্রসব ঘরের অত্যন্তরে প্রবেশ করাইয়া রাখিবে এবং মধ্যে মধ্যে তাহা পরি-বর্তন করিয়া দিবে। গর্ভিণীর পরিপাক শক্তি থাকিলে তাহাকে ঐ দুগ্ধ

ও স্নাত্ত খাদ্যের ব্যবস্থা করিতে পারা যায়। এতদ্ব্যতীত সাধারণ হুখ ও স্নাত্ত গর্ভিণীকে আহার করিতে দিতে পারা যায়।

রক্তপদ্ম এবং রক্ত উৎপল (রক্তকমল) ও নানা জাতীয় কুম্ভ পুষ্পের কেশর, মধু এবং চিনি এক সঙ্গে মিশাইয়া লেহন করিতে দিতে পারা যায়।

মাত্রা ।

কেশর	চারি আনা।
চিনি	অষ্ট তোলা।
মধু	লেহন উপযোগী।

আয়ুর্বেদ শাস্ত্রে চক্রদত্ত জ্বরোগ সম্বন্ধে যে সকল বিষয় লিখিয়াছেন, তন্মধ্যে প্রথম মাস হইতে দশ মাস পর্য্যন্ত যে যে মাসে গর্ভশ্রাব বা গর্ভপাত হইবার আশঙ্কা উপস্থিত হয়, সেই সেই মাসে এই দুর্ঘটনাকালে যে সকল ঔষধ সেবন ব্যবস্থা লিখিত আছে, এখানে তাহাও উল্লিখিত হইল।

১ম মাস।—ক্ষীরকাকোলী, দেবদারু, সমভাগে লইয়া উত্তমরূপ বাটিয়া গর্ভিণীর পরিপাক শক্তি অনুসারে শীতল জলের সহিত সেবন করিতে হইবে। অথবা ঐ সকল ত্রয়া কুট্টিত করিয়া হুখ দ্বারা সিদ্ধ করতঃ হুখ শীতল হইলে সেবন করিবে। মাত্রা—ঔষধ দুই তোলা, হুখ অর্দ্ধ পোয়া, জল দেড় পোয়া শেষ অর্দ্ধ পোয়া থাকিতে গর্ভিণীর পরিপাক শক্তি অনুসারে প্রদান করিবে।

২য় মাস।—আমরুলশাক, কুম্ভ তিল, মজিষ্ঠা শতমূলী সমভাগে লইয়া সেবন করিতে হইবে। (পূর্বোক্ত প্রকারে ব্যবস্থা।)

৩য় মাস।—পরগাছা, ক্ষীরকাকোলী, অনন্তমূল এবং ছর্কা। ব্যবস্থা পূর্ববৎ।

৪র্থ মাস।—অনন্তমূল, জামালতা, রান্না, বামনহাটি, বট-মধু। পূর্ববৎ ব্যবস্থা।

৫ম মাস।—গোকুর, কণ্টিকারী, গামারের কল, বট প্রভৃতি ক্ষীরযুক্ত রন্ধের কুঁড়ি অথবা রুরি এবং পদ্মমণ্ডল। পূর্ববৎ ব্যবস্থা।

৬ষ্ঠ মাস।—শালপাণি, বেড়োলা, সজন্য বীজ, গোকুর এবং যষ্টি-মধু পূর্ববৎ ব্যবস্থা ।

৭ম মাস।—পাণিকল, পদ্মমূল, কিসুমিস, কেশুর, যষ্টিমধু এবং চিনি পূর্ববৎ ব্যবস্থা ।

৮ম মাস।—কতবেল, বেল, ব্যাধুল, পটোল, ইক্ষু, কণ্টিকারী ইহাদিগের মূল সমভাগে লইয়া পূর্বোক্ত প্রকারে হৃৎ সিদ্ধ করিতে হইবে এবং পূর্বোক্ত নিয়মে সেবন করিবে ।

৯ম মাস।—যষ্টিমধু, অনন্তমূল, ক্ষীরকাকোলী এবং শ্রামালতা । পূর্ববৎ ব্যবস্থা ।

১০ম মাস।—দশম মাসে যদি প্রসব বেদনা ভিন্ন অস্ত্র প্রকার বেদনা উপস্থিত হয়, তবে নিম্নলিখিতরূপ ব্যবস্থা করিবে ।

৩৬ গুণ্ড হৃৎ সিদ্ধ করিয়া ঐ হৃৎ পান করিতে দিবে । ইহার মাত্রা পূর্ববৎ । অথবা ৩৬ গুণ্ড, যষ্টিমধু এবং দেবদারু ইহারও ব্যবস্থা পূর্ববৎ । ঐ সকলের অভাবে কুশার মূল, কেশের মূল, ভেরেণ্ডার মূল, গোকুরের মূল, চিনির সহিত পূর্ববৎ ব্যবস্থা করিবে ।

পূর্বতন আৰ্য্য ঋষিগণ আয়ুর্বেদের মধ্যে “কৌমার ভৃত্য” নামে যে আয়ুর্বেদের একটি অঙ্গ ব্যাখ্যা করিয়াছেন, তাহাতে বিবাহ কাল হইতে জাত বালকের পঞ্চম বর্ষ অর্থাৎ স্তন্য পান কাল পর্যন্ত স্বাস্থ্য রক্ষা সম্বন্ধে যে সকল ব্যবস্থা এবং ঔষধাদির বিধান করিয়াছেন, তৎসমুদায় অত্যন্ত উপকারী । এজন্য ঐ সকল বিষয় এবং তৎসঙ্গে ডাক্তারী ব্যবস্থাদি উল্লেখ করিয়া সাধারণের গোচর করিব । গর্ভস্রাব সম্বন্ধে যে সকল গাছ ফাছড়ার বিষয় লিখিত হইল, তৎসমুদায় বেনের দোকানে অথবা বেদের নিকট সন্ধান করিলেও পাওয়া যাইতে পারে ।

ইয়ুরোপীয় চিকিৎসকগণ গর্ভস্রাব বা গর্ভপাতের তিনটা অবস্থা বিভাগ করেন ; তন্মধ্যে প্রথম অবস্থা সাবধানতা, দ্বিতীয় অবস্থায় গর্ভ রক্ষার উপায় এবং তৃতীয় অবস্থায় গর্ভস্রাব নিশ্চয় জানিয়া কার্য্য করিতে হইবে । এক্ষণে ঐ তিনটি অবস্থায় কর্তব্যাকর্তব্য লিখিত হইতেছে ।

প্রথমাবস্থা।—এই অবস্থায় গর্ভিণীর অত্যন্ত দুর্বলতা উপস্থিত হইয়া থাকে। তাদৃশী ক্ষুধা বোধ হয় না, কখন কখন সামান্যক্লান্তি অনুভব হইতে দেখা যায়; কাহার কাহার মাথা নপ্ নপ্, শিরঃ শীড়া, চন্দ্র উষ্ণ, পিপাসা প্রভৃতি ভাব উপস্থিত হইয়া থাকে। এই অবস্থায় গর্ভস্থ ভ্রূণের কোন প্রকার অনিষ্ট হয় না। কতিদেশে ও উরুতে প্রথমে সামান্য বেদনা, পরে উহার বৃদ্ধি হইতে থাকে। এই অবস্থা উপস্থিত হইলে গর্ভিণীকে কোন প্রকার শ্রম-জনক কার্য্যে প্রবৃত্ত হইতে দেওয়া অকর্তব্য; শীতল স্থানে শয়ন করাইয়া লঘু দ্রব্য অর্থাৎ বন্ধাচ্ছ, সাণ্ড এবং সরবৎ প্রভৃতি আহার দিবে। নিকটে যদি উপযুক্ত চিকিৎসক থাকেন, তবে অবিলম্বে তাঁহাকে আনাইয়া চিকিৎসা করাইবে।

দ্বিতীয় অবস্থা।—প্রথম অবস্থায় রীতিমত চিকিৎসা করাইলে প্রায়ই দ্বিতীয় অবস্থা উপস্থিত হইতে দেখা যায় না। এই অবস্থায় পরিষ্কার রক্ত অথবা চাপ্ চাপ্ রক্ত, তীক্ষ্ণ বেদনা উপস্থিত হইয়া এসবের পূর্ব্ণ ভাব দেখা দেয়। প্রথম অবস্থায় জায় এই অবস্থায় গর্ভিণীকে শয়ন করাইয়া চিকিৎসকের সাহায্য লওয়া আবশ্যক। পিপাসা বোধ হইলে শীতল জল পান করিতে দিতে পারা যায়।

তৃতীয় অবস্থা।—দ্বিতীয় অবস্থায় উপযুক্ত মত চিকিৎসা করাইরাও যদি এই অবস্থা উপস্থিত হয় অর্থাৎ ঘন ঘন এসব বেদনা ও ক্লেশাদি নির্গত হইতে থাকে, তবে নিবারণ চেষ্টা করা বৃথা। গর্ভস্থ ভ্রূণ নির্গত হইলে এসবের পর যেক্রপ নিয়মাদি প্রতিপালন করা আবশ্যক, সেইক্রপ নিয়মে গর্ভিণীকে সেবা শুশ্রূষা করাইতে হইবে।

যে সকল জীর্ণের পুনঃ পুনঃ গর্ভস্রাব হইয়া থাকে, গর্ভস্রাব সময় উপস্থিত হইলে বিশেষরূপ সাবধানতা অবলম্বন করা তাঁহাদিগের পক্ষে গুরুতর কর্তব্য। অর্থাৎ প্রথমবারে যে সময়ে গর্ভস্রাব হইয়াছিল, ঠিক সেইরূপ নিয়মিত সময় উপস্থিত হইলে গর্ভবতীকে কোন প্রকার শ্রম-জনক কার্য্য আদৌ করিতে দেওয়া উচিত নহে। তাঁহাকে সর্বদাই কোমল শয্যায় শয়ন করিতে দিতে হয়। অনেক চিকিৎসকের মতে সেই সময়

কোমল শয্যায় শয়নই প্রধান ঔষধ । বিশেষতঃ এই সময় স্বামী সহবাস সর্বতোভাবে নিষিদ্ধ । সর্কদা শারীরিক ও মানসিক চিন্তা হইতে বিরত থাকা আবশ্যক । শীতল জলে অবগাচন (অধিকক্ষণ না হয়) এবং তদ্বারা সামান্যরূপ গাত্র মার্জনা করিলে উপকার হইতে পারে । ঘন ঘন গর্ভপাত হইলে জ্বীপুরুষের দীর্ঘকাল স্বতন্ত্র থাকা উচিত । প্রদরাক্রান্তা গর্ভিণীর গর্ভশ্রাব হইবার অত্যন্ত সম্ভব । একবার গর্ভশ্রাব হইলে আবার শীঘ্র বাহাতে গর্ভ সঞ্চার না হয়, তদ্বিষয়ে সতর্ক থাকা কর্তব্য । গর্ভাবস্থায় স্বামীসহবাস সর্বতোভাবে পরিত্যাগ করা উচিত । ফলতঃ গর্ভ সঞ্চার হইতে প্রসবকাল পর্য্যন্ত একটু সতর্ক থাকিলে গর্ভশ্রাব হইবার প্রায়ই আশঙ্কা থাকে না । গর্ভাবস্থায় লঘু বলকারক দ্রব্য আহার করা উচিত । কোষ্ঠ বদ্ধ হইলে সামান্য মৃদু বিরেচক দ্রব্য সেবন করিয়া কোষ্ঠ পরিষ্কার রাখা আবশ্যক । দিবানিদ্রা পরিত্যাগ, প্রতিদিন প্রত্যুষে নিদ্রা হইতে উত্থান এবং নিয়মিত পরিশ্রম করিলে কোন প্রকার আশঙ্কা থাকে না । যে সকল নিয়ম লিখিত হইল, প্রত্যেক গর্ভিণীকে এই সকল নিয়মের প্রতি লক্ষ্য রাখিতে হয় । এদেশে যেরূপ অল্প বয়সে রমণীগণের গর্ভসঞ্চার হইয়া থাকে, তাহাতে লজ্জাবশতঃ অনেক গর্ভিণী কোন প্রকার নিয়ম প্রতিপালন করিতে সমর্থ হয়েন না । আবার যাহারা ঐ সকল আবশ্যকীয় নিয়ম প্রতিপালন করিতে প্রস্তুত, তাঁহারা হয়ত আবার ঐ সকল নিয়মাদি আদৌ অবগত নহেন । গর্ভাবস্থা যে অত্যন্ত কঠিন সময়, তাহা প্রত্যেক গৃহস্থেরই মনে রাখা আবশ্যক । এই সময়ের সামান্য ত্রুটি বশতঃ প্রভূত অপকারকের সম্ভব । পূর্বে এদেশের প্রায় প্রত্যেক গৃহস্থ ঘরে এক একটা বহুদর্শিনী গৃহিণী অবস্থিতি করিতেন, তাঁহারা অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসক অপেক্ষা অনেক প্রকার নিয়ম অবগত ছিলেন, কিন্তু দুঃখের বিষয় এই, এখন আর সেরূপ গৃহিণী দেখিতে পাওয়া যায় না । সুতরাং প্রত্যেক বিষয় পুস্তকাদি পাঠ করিয়া শিক্ষালাভ করিতে হয় ।

পূর্বকার রমণীগণ অপেক্ষা এক্ষণকার রমণীগণের শারীরিক স্বাস্থ্য অত্যন্ত দুর্বল । এই জন্ত দেখিতে পাওয়া যায়, সামান্য অত্যাচারে

এখনকার রইনিগণের বেকার অপকার হইয়া থাকে, পুঁকী সেরূপ হইত না। সুতরাং পুঁকীপেরকা এখন পারীক্ষিক স্বাস্থ্য রক্ষা সম্বন্ধে বিশেষরূপে সন্মো-
চোগ দিতে হইয়া গর্তপ্রাপ্ত দশকে যদিও অরিত্ত বিস্তার কারণ দেখিতে
পাওয়া যায়, কিন্তু তৎসমুদায় লিখিতে হইলে প্রস্তাব বাহুল্য হইয়া উঠে,
এজন্য তাহা পরিত্যাগ করা হইল। তবে স্থল স্থল যে সকল বৃত্তান্ত লিখিত
হইল, এই সকল বিষয়ে সন্মোচোগী থাকিলে যে, প্রভূত উপকার সাধিত
হইবে, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই।

জলমগ্ন ।

শ্বাস-রোধ-জনিত বত প্রকার মৃত্যু আছে, তন্মধ্যে জলমগ্ন নিবন্ধন
অধিকাংশ মৃত্যুই ঘটয়া থাকে। অনেকের মনে বিশ্বাস জলমগ্ন ব্যক্তি
উদর-পুঁকিয়া জল খাইয়া থাকে, তজ্জগুই তাহার মৃত্যু উপস্থিত হয়।
বাস্তবিক এ বিশ্বাস সম্পূর্ণ ভুল। যে জল উদরে প্রবিষ্ট হইয়া
থাকে, তাহা পাকস্থলীতে আশ্রয় করে, তদ্বারা মৃত্যু হয় না,
তবে আবশ্যকের অতিরিক্ত জল প্রবিষ্ট হওয়াতে অপকার করিয়া থাকে।
এ দেশে অনেকেরই মনে দৃঢ় বিশ্বাস উদরস্থ জল নির্গত করিতে পারি-
লেই জলমগ্ন ব্যক্তি জীবিত হইয়া উঠিবে, এজন্য অনেক স্থলেই দেখিতে
পাওয়া যায়, জলমগ্ন ব্যক্তিকে জল হইতে তুলিয়াই তাহার পদ-বস্ত্র উদ্ধ
এবং মুখ নিয়মিত করা হয়, কখন কখন আবার পা ধরিয়া ঘুরাইয়া তাহার
উদরস্থ জল নির্গতের চেষ্টা করাও হইয়া থাকে। এক্ষণে অনুষ্ঠান করিলে
জলমগ্ন ব্যক্তির জীবন রক্ষা করা দুই ব্যাকুল, প্রকৃত্যতঃ তাহার মৃত্যুর
সহায়তা করা হয়। অতএব সকলেরই এ বিষয় সাবধান হওয়া আব-
শ্যক। পুঁকীই উল্লেখ করা হইয়াছে, শ্বাসরোধই জলমগ্ন ব্যক্তির মৃত্যুর
প্রধান কারণ। অতএব বাহাতে শ্বাস-রোধ না হইয়া সহজে শ্বাস-ক্রিয়া সম্পন্ন
হইতে পারে, তাহা বিবেচনা লক্ষ্য রাখাই তাহার জীবন রক্ষার প্রধান উপায়।
মনে রাখা উচিত।

কি কারণে জলমগ্ন ব্যক্তির শ্বাস-রোধ হইয়া থাকে, তাহার প্রকৃত কারণ অনেকেই অবগত নহেন । জলমগ্ন হইলে ফুস্‌ফুস মধ্যে বায়ু প্রবিষ্ট হইয়া শ্বাস-ক্রিয়া নির্বাহ করিতে পারে না । তজ্জন্ত জলমগ্নের একমাত্র চিকিৎসা বা জীবন রক্ষার উপায় শ্বাস-প্রশ্বাস নির্বাহের সুব্যবস্থা করা । যে যে উপায়ে জলমগ্ন ব্যক্তির জীবন রক্ষা হইতে পারে এক্ষণে তদ্বিষয় সবিস্তার লিখিত হইতেছে । প্রত্যেক ব্যক্তির কর্তব্য, এই সকল উপায় অবগত থাকা, কারণ কখন যে, কোন্ পরিবারের ভাগ্যে ঐরূপ দুর্ঘটনা ঘটিবে, তাহার কিছুই স্থিরতা নাই ! বিশেষতঃ অনেক স্থলে চিকিৎসক আনয়ন করিবার সময় পাওয়া যায় না । এজন্ত চিকিৎসক আগমন করিবার আগে অথবা যে সকল স্থানে আদৌ চিকিৎসক পাওয়া না যায়, তথায় প্রত্যেক পরিবারের কিছু কিছু নিম্নম জানিয়া রাখা যে অতীব আবশ্যক, তাহা সকলেই মুক্ত-কণ্ঠে স্বীকার করিবেন ।

জলমগ্ন ব্যক্তিকে জল হইতে তুলিয়াই তৎক্ষণাৎ তাহাকে চীৎ করিয়া মস্তক দ্বয় উন্নত-ভাবে রাখিয়া শয়ন করাইতে হয় । কেহ কেহ প্রথমে চীৎ না করাইয়া অল্পক্ষণ উপড় অথবা কাৎ করিয়া রাখিয়া পরে চীৎ করাইয়া শয়ন করান । কিন্তু তদ্বারা বিলক্ষণ অনিষ্টের সম্ভব । এজন্ত অতি সাবধানে ধীরে ধীরে তাহাকে চীৎ করিয়া শোয়াইয়া তাহার পরিধান আর্দ্র বস্ত্রাদি ত্যাগ করাইতে হইবে এবং শুষ্ক বস্ত্র দ্বারা তাহার সর্বশরীর উত্তমরূপে পুঁছাইয়া দিতে হইবে । অন্ত্যান্ত বস্ত্র অপেক্ষা ফ্লানেল কাপড় হইলেই বিশেষরূপে উপকারের কথা । সর্বদা পুঁছাইয়া দিয়া একখানি কম্বল দ্বারা তাহার গাত্র আচ্ছাদন করা আবশ্যক । যদি হটাৎ কম্বল সংগ্রহ করা কঠিন হইয়া উঠে, তবে সমাগত ব্যক্তিদিগের বস্ত্রাদি লইয়া আচ্ছাদন করিলেও চলিতে পারে ।

অনন্তর জলমগ্ন স্থান হইতে যদি নিকটে লোকালয় থাকে, তবে অনতি-বিলম্বে তাহাকে তথায় লইয়া যাওয়াই অতি সুপারামর্শ । কারণ জলাশয়ের ধারে অনাবৃত স্থানে অবস্থিতি করিলে শীতল বাতাসে রোগীর অনিষ্ট হইবার কথা । অন্য অতি সাবধানে এবং বিলক্ষণ সত্বরতা সহকারে লইয়া যাইতে

হইবে। আর যদি লোকালয় না থাকে, তবে কালবিলম্ব না করিয়া তথায় চিকিৎসা করাই সুব্যবস্থা। রোগী কোন বাড়ীতে নীত হইলে একটা গরম ঘরে, গরম শয্যাতে তাহাকে পূর্বোন্নিখিতরূপে শয়ন করাইতে হইবে। শীতকাল হইলে গৃহে অগ্নি রাখিলে বিশেষ উপকার হইতে পারে। কিন্তু চৈত্র বৈশাখের প্রথর রোজকালীন এই ঘটনা হইলে গৃহে অগ্নি না রাখিয়া বরং দ্বারাদি খুলিয়া দিলে ভাল হয়। কিন্তু রোগীর গৃহে অধিক লোকের জনতা হইতে দেওয়া কখনই কর্তব্য নহে।

সচরাচর প্রায় তিন চারি মিনিট পর্য্যন্ত জলমগ্ন হইলেই জীবন নষ্ট হইয়া থাকে কিন্তু ভালরূপে সুশ্রাবা এবং নানা প্রকার উপার অবলম্বন দ্বারা চৌদ্দ পোনের মিনিট পর্য্যন্ত জলমগ্ন ব্যক্তিও জীবন লাভ করিতে সমর্থ হইয়াছে।

জলমগ্ন ব্যক্তিকে চীৎ করিয়া মন্তক অল্প উন্নতভাবে শয়ন করাইয়া তাহার নাসিকা এবং মুখ-মধ্যস্থ গাঁজ, পান্য প্রভৃতি যে সকল পদার্থ থাকে, তাহা ধুইয়া পুঁছিয়া দিতে হইবে। তাহার জিহ্বা অল্প পরিমাণ বাহির করিয়া ফিতা কিম্বা নেকড়ার ফালি দ্বারা বাঁধিয়া নিম্নের চোয়ালে আবদ্ধ রাখিলে ভাল হয়। এরূপ বাঁধিবার কারণ এই যে, জিহ্বা সরলভাবে বাহির থাকিলে মুখ মধ্যে সহজেই বায়ু প্রবেশ করিতে পারে, তদ্বারা শ্বাস-কার্য্য চলিবার সম্ভব। আর জিহ্বা মুখ-মধ্যে সঙ্কুচিত থাকিলে গলনালীর মুখ বদ্ধ হইবার কথা।

হাত সহ হয় এরূপ গরম জলে তাহাকে অল্পক্ষণ অবগাহন করাইয়া পুনর্বার জল হইতে তুলিয়া পূর্ববৎ চীৎ করাইয়া শোওয়াইতে হইবে এবং গরম কাপড় দ্বারা তাহার সর্বাঙ্গ ঘন ঘন দলন করা আবশ্যিক। এই সময় আর একটা বিষয় স্মরণ রাখা উচিত অর্থাৎ দলনকালে দেহের নিম্নভাগ হইতে উপরের দিকে দলিলে ভাল হয়। এই সময় মষ্টার্দ্দ গরম জলে তুলিয়া তদ অভাবে রাইসরিবা বাটিয়া উরুতে, পায়ের ডিমে, হাত ও পায়ের তলায় প্রলেপ দেওয়া অতীব আবশ্যিক, এই প্রলেপ দ্বারা ঐ সকল স্থানে রক্তের সঞ্চার হইবার সম্ভব। অঙ্গ প্রত্যঙ্গে রক্ত সঞ্চার হইলে রোগী শীঘ্রই জীবন

লাভ করিতে সমর্থ হইবে। মটর কিম্বা রাইসরিয়া অভাবে গরম জল পূর্ণ বোতল হাত ও পায়ের তন্ময় বুলাইলেও উপকার হইতে পারে। ছই বগলের নিম্নে গরম জল-পূর্ণ বোতল কিম্বা অন্য কোন খাতুপাত্রে জল পুরিয়া স্পর্শ করাইয়া রাখিতে হইবে। এই সকল অস্থবিধা হইলে ছইখানি ইট জ্বাৎ গরম করিয়া ছই বগলের নিম্নে স্পর্শ করাইয়া রাখিলেও চলিতে পারে। নাকের ভিতর এমোনিয়া অথবা নিষাদল ও কলিচূর্ণ একত্রে হাতে রগড়াইয়া রোগীকে ঘ্রাণ করাইতে হইবে। মধ্যে মধ্যে একবার গরম জল ও একবার ঠাণ্ডা জলের ছিটা তাহার চোকে মুখে এবং বুকে দিলে জ্ঞান সঞ্চার হইতে পারে। পাখীর পালক নাসিকা মধ্যে দিয়া স্ফুটাইলেও চেতনা হইতে পারে। অনেক স্থলে নস্ত দ্বারাও উপকার হইতে দেখা যায়।

যতকণ পর্য্যন্ত জলমগ্ন ব্যক্তির জ্ঞান সঞ্চার না হয়, ততকণ কষলের আচ্ছাদন ত্যাগ করা উচিত নহে। গাত্রে কষল ঢাকিয়া কখন কখন মাড়ে আট ঘণ্টা পর্য্যন্ত ক্রমাগত এইরূপ ভাবে রাখিয়া এবং ক্লানেল দ্বারা গাত্র মার্জনা প্রভৃতি প্রক্রিয়া দ্বারাও রোগীকে জীবিত করা হইয়াছে। অতএব জলমগ্ন ব্যক্তিকে দম বন্ধ দেখিলেই তাহার জীবনের আশা পরিত্যাগ করিবে না। লিখিত সমস্ত পর্য্যন্ত বিশেষরূপ চেষ্টা দেখিয়া বিফল হইলে, তখন তাহার জীবনের আশা ত্যাগ করিতে হইবে। ছই একটা লোকের পরিশ্রমে এই সকল কার্য্য নির্বাহ ঘটিয়া উঠে না, এজন্য প্রয়োজন মত লোক লইয়া চিকিৎসা করিতে হয়। যাহারা সেবা সুশ্রুশা করিবে, তাহাদিগের মধ্যে কার্য্য বিভাগ করিয়া লওয়া আবশ্যিক। অর্থাৎ কেহ গরম কাপড় দ্বারা মার্জনা করিবে, সে অক্ষম হইলে তদপরিবর্তে অপর ব্যক্তি সেই কার্য্যে নিযুক্ত হইবে। কেহ হাতে পায়ে রাইসরিয়ার প্রলেপ প্রভৃতি কার্য্যে ব্যাপৃত থাকিবে। এইরূপে কার্য্য বিভাগ করিয়া লইলে কোন প্রকার অস্থবিধা কিম্বা কোন রকম ত্রুটি ঘটিবে না। সূচাক্রমে স্বেদাসুশ্রুশাই য়ে, প্রধান ঔষধের কার্য্য করে, তাহা মনে রাখা আবশ্যিক।

উপরি লিখিতরূপ কার্য্যে রোগীর জ্ঞান সঞ্চার হইলে পূর্ব্ববস্ত্র ব্যক্তিকে কুড়ি ফৌটা, পঞ্চম বৎসর পর্য্যন্ত পাঁচ ফৌটা, দ্বাদশ বৎসর পর্য্যন্ত

দশ কোঁটা লাইকর এমোনিয়া অথবা অন্ন পরিমাণ ত্রাণ্ডি জলে মিশাইয়া অন্ন স্নান পরিমাণে সেবন করাইবে। কিন্তু যতকণ পর্যন্ত তাহার কান সঞ্চার না হয়, ততকণ কিছুমাত্র আহার করিতে দেওয়া উচিত নহে। চক্ষিণ ঘণ্টার মধ্যে রোগীর মস্তক ধরম হইলে তাহার মস্তক ঈষৎ উন্নতভাবে, স্থাপন করিয়া ওডিকলম জলের সহিত মিশ্রিত করিয়া অথবা ঠাণ্ডা জল তাহার মস্তকে দেওয়া আবশ্যিক। এ অবস্থায় ত্রাণ্ডি সেবন সম্পূর্ণ অবিধি। এই সময় একবার মল ত্যাগ হইলে ভাল হয়। অতএব সুস্থ বিরেচক দ্রব্য দ্বারা বাহ্যে করাইলে বিশেষ উপকারের সম্ভাব। আহার লঘু-পথ্য।

জলমগ্ন ব্যক্তির শ্বাস-ক্রিয়া চলিতে আরম্ভ করিলে তাহার জীবনের আশা করা যাইতে পারে। এজন্য যাহাতে মস্তক নিশ্বাস প্রশ্বাস চলিতে পারে, তাহার উপায়ে মনোবোগ দিতে হয়। অন্ত্যস্ত রোগীর শ্বাস জলমগ্ন ব্যক্তির জীবন কোন প্রকার ঔষধের উপর নির্ভর করে না। একমাত্র সেবা শুক্রা এবং নানা প্রকার সহজ সহজ উপায় দ্বারা তাহার জীবন রক্ষা করিতে পারা যায়। অনেক স্থলে এরূপও দেখা গিয়াছে, জলমগ্ন ব্যক্তির একদিকের নাকে টিপিয়া ধরিয়া অপর নাকের ভিতর কোন প্রকার নল অর্থাৎ পেন্সে, ভেরেণ্ডা কিবা কাগজের নলের এক মুখ অন্নমাত্র প্রবিষ্ট করিয়া অপর মুখে ফুংকার দিলেও শ্বাস ক্রিয়া চলিতে পারে। কখন কখন রোগীর দুই বাহু ধরিয়া একবার মস্তকের উর্দ্ধে, একবার বক্ষস্থলের উপর নামাইতে ও তুলিতে হইবে। এক মিনিটে অন্ততঃ কুড়িবার পর্যন্ত এইরূপ করিলেও শ্বাস প্রশ্বাস সঞ্চার হইয়া থাকে।

বগলের নিয়ে অর্থাৎ দুই স্তনের নীচে এক একবার চাপিয়া ধরিয়া ছাড়িয়া দিতে হইবে। ইহাতেও ফুস্ফুসে বায়ু চলিতে পারে। এইরূপ প্রক্রিয়াকে “কৃত্রিম শ্বাস প্রশ্বাস” কহিয়া থাকে।

জলমগ্ন ব্যক্তির জীবন রক্ষা কেবলমাত্র কতকগুলি সামান্ত উপায় দ্বারা যে, সম্পন্ন হইতে পারে, তাহা পাঠকগণ অনারাসেই বুঝিতে পারিতেছেন। আমরা ইতিপূর্বে যে সকল বিষয় বিস্তারিত করিয়া শিখিয়াছি,

এক্ষণে রোগীর জীবন রক্ষা করিবার জন্য সেই সকলের প্রয়োজনীয় নিয়ম এবং ব্যবহৃত দ্রব্য সমূহের সংক্ষেপ উল্লেখ করিব। অতএব প্রত্যেক গৃহস্থের উচিত, নিম্নলিখিত বিষয়টী মনোযোগ সহকারে শিখিয়া রাখেন।

১। জল হইতে তুলিয়াই শুষ্ক বস্ত্রে গাত্র মার্জন করিতে হইবে।

২। মুখ ও নাকের মধ্যস্থ কর্দম, শেওলা প্রভৃতি অপরিষ্কৃত পদার্থ উত্তমরূপে পরিষ্কার করিতে হইবে।

৩। কখন কিম্বা শুষ্ক বস্ত্রাদি দ্বারা রোগীকে আচ্ছাদন করিতে হইবে।

৪। অল্প পরিমাণে মস্তক উন্নত করাইয়া শয়ন করাইতে হইবে।

৫। গরম জলে স্নান অথবা গরম গৃহে, পরম বিছানায় রোগীকে স্থাপন করিতে হইবে।

৬। নাকে নিষাদল ও চূর্ণ মিশ্রিত অথবা অন্য কোন প্রকার নাস দিতে হইবে।

৭। কৃত্রিম শ্বাস প্রশ্বাস করাইতে হইবে।

৮। গরম কাপড় দ্বারা গা ঘষিতে হইবে।

৯। রাইসরিষার প্রলেপ দিতে হইবে।

১০। গরম ইট কিম্বা গরম জল-পূর্ণ বোতল বগলের নীচে রাখিয়া সেক দিতে হইবে।

১১। জ্ঞান সঞ্চার হইলে ত্রাণ্ডি সেবন করাইতে হইবে।

১২। রোগীকে নাড়া চাড়া করিবে না।

১৩। সমুদায় নিয়মানুসারে চিকিৎসা ও সেবা শুশ্রূষা করিয়াও যদি কিছুতেই জ্ঞান সঞ্চার না হয়; তখন তাহার জীবনের আশা ত্যাগ করিবে।

জুতা ব্রসের কালি ও ব্রস্।

সচরাচর জুতা ব্রস্ করিবার জন্য যে সকল কালি বিক্রীত হইয়া থাকে, ঐ সকল কালি প্রকৃতির নানা প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। অদ্য আমরা পাঠকবর্গকে জুতা ব্রসের জন্ত সহজ উপায়ে কালি

প্রস্তুত করিতে দিখাইয়া দিব। গৃহে ব্রস্ করিতে শিখিলে সংসারের
বিস্তার পরমা বাঁচিতে পারে। যে যে জব্য যে যে পরিমাণে লইয়া কালি
প্রস্তুত করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

তুতে	এক কাঁছা।
কোতরা শুড়	এক ছটাক।
ছির্কা (তিনিগার)	আধ ছটাক।
আইভরি ব্যাক	দেড় ছটাক।
সুইটওয়েল	এক কাঁছা।
জল	দেড় পোয়া।

উপরি লিখিত জব্য সমূহ সংগ্রহ কর। প্রথমে সুইটওয়েল, কোতরা
শুড় এবং আইভরি ব্যাক ক্রমে ক্রমে মিশাইয়া বেশ করিয়া পেষণ কর,
দেখিবে উহা কাইয়ের স্থায় হইবে। এথম এই কাইবৎ পদার্থে তুতে,
ছির্কা এবং জল ক্রমে ক্রমে মিশাইয়া মাড়িতে থাক। কিছুক্ষণ মাড়িলে
জুতার উত্তম কালী প্রস্তুত হইবে। বাজারে বেক্রপ টিনের কোটার কালি
বিক্রয় হইয়া থাকে, এখন সেইরূপ কোন পাত্রে ঐ কালি পূর্ণ করিয়া রাখ,
আর কালি খরিদ করিতে বাজারে যাইতে হইবে না।

এই কালি দ্বারা জুতা ব্রস্ করিলে তাহা অত্যন্ত চক্চকে হইবে।

জুতা ব্রস্ করিতে তিনখানি ব্রস্ হইলেই ভাল হয়। প্রথমে এক-
খানি ব্রস্ দ্বারা জুতার ধূলা প্রভৃতি ঘর্ষণ বা ঝাড়িয়া পরে অপর এক-
খানি ব্রস্ কোটার কালিতে মাখিয়া জুতার গায়ে ছই একবার ছোপ
দেও। পরে আর একখানি ব্রস্ দ্বারা ক্রমাগত ঘষিতে থাক, যখন
দেখিবে, উহা বেশ চক্চক্ করিতেছে, তখন আর ঘষিবার প্রয়োজন
করে না। অনন্তর পাত্রটা আবদ্ধ করিয়া তুলিয়া রাখ, প্রয়োজন হইলে
পূর্বোক্ত নিয়মে ব্রস্ করিয়া লও।

পূর্বে যে তিনখানি ব্রসের কথা লিখিত হইয়াছে, তাহার কারণ
এই যে, প্রথম যে ব্রসখানি দ্বারা ধূলা প্রভৃতি ময়লা পরিষ্কার করিতে

হইবে, তাহা শক্ত হওয়া চায়, দ্বিতীয়খানি অর্থাৎ বাহাতে কালি মাখাইতে হইবে, তাহা নরম হইলেই ভাল হয়, আর তৃতীয় অর্থাৎ বাহা দ্বারা ঘষিয়া চক্চকে করিতে হইবে, তাহা মাঝারি খোঁচের নরম হওয়া আবশ্যক ।

জুতা-ব্রসের কালি প্রস্তুত করিবার নানা প্রকার নিয়ম আছে । সকল নিয়ম দ্বারা দুই প্রকার কালি প্রস্তুত হইয়া থাকে অর্থাৎ এক প্রকার চট্‌চটে কাইয়ের দ্বারা অল্প প্রকার তরল । ভিনিগার ও জল প্রভৃতি তরল পদার্থের পরিমাণ অধিক দিলে তরল এবং উহার পরিমাণ অল্প দিলেই চট্‌চটে কাইয়ের মত কালি প্রস্তুত হইয়া থাকে । কেহ কেহ আবার এই কালিতে ডিমের তরলাংশ এবং গঁদ ব্যবহার করিয়া থাকেন, যদিও তদ্বারা চাক্‌চাক্য অধিক হয় কিন্তু জুতার চামড়া ফাটিয়া যাইবার আশঙ্কা থাকে, অতএব ঐ দুই পদার্থের ভাগ অত্যন্ত অল্প দেওয়াই উচিত । অথবা আদৌ ব্যবহার না করাই ভাল ।

প্রকারান্তর নিয়ম ।

উপকরণ ও পরিমাণ

আইভরি দ্বারক	দেড় পোয়া ।
গুলিবগুয়েল	আধ হটাক ।
	এক পোয়া ।
গঁদের খুঁড়া	এক কাঁছা ।
ভিনিগার	দেড় সের ।
সল্‌ফিউরিক স্যাসিড	তিন কাঁছা ।

ভালিকার প্রথম চারিটা দ্রব্য এক সঙ্গে মিশাইয়া ক্রমে ক্রমে ভিনিগার দ্বারা মাড়িতে হইবে । উত্তমরূপে মিশ্রিত হইলে সল্‌ফিউরিক স্যাসিড দিয়া ঘুঁটিয়া লইলেই ব্রসের উত্তম কালি প্রস্তুত হইল । কালি ঘন কল্পিতে হইলে ভিনিগার অল্প দিতে হইবে ।

প্রকারান্তর ।

আইভরিব্ল্যাক	এক ছটাক ।
লালীচিনি	এক ছটাক ।
সুইটঅয়েল	এক কাঁচা ।
ভিনিগার	আড়াই পোয়া ।

প্রথমে ভিনিগার ভিন্ন সমুদায় দ্রব্যগুলি উত্তমরূপে মাড়িয়া পরে ক্রমে ক্রমে ভিনিগার দিয়া মাড়িয়া লইলেই হইল ।

প্রকারান্তর ।

আইভরিব্ল্যাক	আধ পোয়া ।
চিটাগুড়	আধ পোয়া ।
সুইটঅয়েল	আধ ছটাক ।
তুতে	আধ ছটাক ।

প্রথমকার তিনটা দ্রব্য উত্তমরূপে মাড়িয়া মিশাইতে থাক, সুইটঅয়েল উত্তমরূপ মিশাইলে, পরে তুতে (চারিগুণ) জলে গুলিয়া উহাতে মিশাও । এই জল মিশাইবার তিন চারি ঘণ্টা পরে উহা ব্যবহারোপযোগী কালি প্রস্তুত হইল । এই কালি আবশ্যক মত পাতলা করিতে হইলে, ঐ জল কিছা টক বিয়ার নামক মদ প্রয়োজন মত মিশাইতে পারা যায় ।

প্রকারান্তর ।

গঁদ	এক পোয়া ।
চিটাগুড়	এক ছটাক ।
ইংরাজী কালি	পাঁচ ছটাক ।
ভিনিগার	এক ছটাক ।
শ্রিট	এক ছটাক ।

প্রথমে গঁদ, গুড় এবং কালি ভিনিগারে ভিজাইয়া রাখিবে । উহা উত্তমরূপ মিশ্রিত হইলে ছাঁকিয়া লইয়া তাহাতে শ্রিট দিবে, কালি তৈয়ার হইল ।

প্রকারান্তর ।

আইভরিব্ল্যাক	আধ সের।
মাতগুড়	দেড় পোয়া।
সুইটঅয়েল	এক ছটাক।
বিয়ার	আড়াই পোয়া।
ভিনিগার	আড়াই পোয়া।

প্রথমে আইভরিব্ল্যাক, মাতগুড় এবং সুইটঅয়েল একত্রিত করিয়া যতক্ষণ পর্য্যন্ত উহা মিশ্রিত না হয়, ততক্ষণ পর্য্যন্ত ঘুঁটিতে থাক। পরে ভিনিগার ও বিয়ার মিশাইয়া লইলেই কালি প্রস্তুত হইল।

চট্‌চটে কালি ।

মাতগুড়	আট ছটাক।
আইভরিব্ল্যাক	দশ ছটাক।
সুইটঅয়েল	এক ছটাক।

• লিখিত দ্রব্য কয়েকটা এক সঙ্গে উত্তমরূপে মাড়িয়া তাহাতে হয় লেবুর রস কিম্বা টক ভিনিগার মিশ্রিত কর, কালি প্রস্তুত হইল।

প্রকারান্তর ।

আইভরিব্ল্যাক	এক সের।
মাতগুড়	আধ সের।
ওলিভঅয়েল	এক পোয়া।
তুতে	এক পোয়া।
জল	আবশ্যকমত।

কালি যদি পাতলা অর্থাৎ তরল করিতে হয়, তবে আইভরিব্ল্যাক অত্যন্ত গুঁড় করিয়া উপরি লিখিত দ্রব্য সমূহ বেশ করিয়া মাড়িতে থাক, এবং ঐ সকল উত্তমরূপে মিশ্রিত হইলে কালি প্রস্তুত হইল। জলের ভাগ অধিক কিম্বা অল্প দিলে কালি ঘন ও পাতলা হয়, তাহা বোধ হয়, সকলেই বুঝিতে পারেন। সুতরাং প্রয়োজন মত উহা মিশাইতে পারা যায়।

ব্রসের কালি প্রস্তুতের যে সকল নিয়ম লিখিত হইল, তাহা মনে করিলে, সকলে উহা প্রস্তুত করিতে পারেন। গৃহে কালি প্রস্তুত করিয়া ব্রস করিতে শিখিলে জুতা ব্রসের জন্য আর বৃথা ব্যয় করিতে হয় না। কালি প্রস্তুত করিতে যে সকল উপকরণ লিখিত হইল, ঐ সকলের মূল্য অধিক নহে, উহার অধিকাংশ দ্রবাই বেনের দোকানে অথবা ডাক্তার-খানা সমূহে বিক্রয় হইয়া থাকে।

ইট্ প্রস্তুত করিবার নিয়ম ।

গৃহাদি নির্মাণ করিতে হইলে অধিকাংশ গৃহস্থকে ইট্ প্রস্তুত করাইয়া লইতে হয়। কিন্তু অনেকের এবিষয়ে বিশেষ পারদর্শীতা না থাকায়, এবং শিক্ষিত ও সুদক্ষ কারিকরের অভাবে যথোচিত অর্থব্যয় করিয়াও অনেকে আশানুরূপ ফল প্রাপ্ত হন না। ইট্ প্রস্তুত হইলে যে, কয়েকটি বিষয়ে বিশেষ দৃষ্টি রাখা উচিত, আমরা নিম্নে তাহা সংক্ষেপে বর্ণন করিতেছি।

সকল মাটিতে ইট হয় না। মাটি অধিক আটাল হইলে ইট্ শুকাইলে ফাটিয়া যায়; পুড়াইতে অধিক করলা বা কাষ্ঠ লাগে এবং প্রায় সমভাবে পুড়ে না। আর যদি মাটিতে বালির ভাগ অধিক থাকে, তাহা হইলে ইটগুলি ভঙ্গপ্রবণ হয়; কক্ষ্মা তুলিয়া লইলেই চারিধার ছড়াইয়া পড়ে এবং অল্প তাপেই ঝামা বাঁধিয়া যায়। এইজন্য ইটের মাটি একরূপ হওয়া উচিত যেন উহাতে বালির ভাগ অধিক না থাকে এবং অধিক আটালও না হয়। সাধারণতঃ যে মাটিতে কলি তিন ভাগ, আটাল মাটি একভাগ এবং লৌহ, চূণ, সোডা প্রভৃতি অপর একভাগ থাকে, উহাই ইট্ নির্মাণের বিশেষ উপযোগী। যে মাটি গাঢ় কৃষ্ণবর্ণ এবং হাতে আঠার ন্যায় জড়াইয়া লাগে, অথবা টিপিবামাত্র যাহার পরমাণু সকল পরস্পর বিস্ত্রিষ্ট হইয়া যায়, এই উভয় প্রকার মাটিই ইটের পক্ষে অনুপযোগী। ইহাদের মাঝামাঝি অবস্থার মাটিতেই ভাল ইট্

হয়। সাধারণতঃ বঙ্গদেশে দুই হাতের নীচে বালির ভাগ অধিক থাকে, সুতরাং উপরের মাটিতে ইট্ গড়া ভাল। কিন্তু স্থানে স্থানে উপরের মাটি নিতান্ত আটাল হয়। উহা ইট্ গড়িবার পক্ষে অনুপযোগী। মাটি অধিকতর আটাল বা বালি মিশ্রিত হইলে উহাতে বথাক্রমে বালি বা আটাল মাটি মিশাইয়া উহা ইট্ গড়িবার উপযোগী করিয়া লওয়া যায়।

উপরোক্তরূপে মাটি বাছিয়া লইয়া উহা বর্ষার আরম্ভে কাটিয়া স্তূপাকার করিয়া রাখিলে ভাল হয়। কারণ তাহা হইলে বর্ষায় ভিজিয়া, উহার পরমাণু সকল শিথিল হইয়া থাকে, সুতরাং শীতকালে অল্প পরি-শ্রমেই উহা ইট্ গড়িবার উপযুক্ত করিয়া লওয়া যায়। বেক্রপ মাটি হউক না কেন, ইট্ গড়িবার পূর্বক্ষণেই কাটিয়া মাখিলে মমের ন্যায় গলিয়া যায় না।

টেবিলে ইট্ গড়িতে হইলে, ২৪ ঘণ্টা পূর্বে উক্ত মাটি, আবশ্যক মত কাটিয়া, ভিজাইয়া রাখিয়া, ইট্ গড়িবার পূর্বক্ষণে “পগমিলে” পেষিয়া লইলেই মমের ন্যায় নরম হইয়া যায়। কিন্তু এ প্রবন্ধে আমরা টেবিলে ইট্ গড়িবার কথা বলিব না; কারণ পল্লীগ্রামে প্রায় টেবিলে গড়া ইট্ চলিত নাই। সচরাচর ভূমির উপর ইট্ গড়া হইয়া থাকে, তথায় পগ-মিলেরও আবশ্যক হয় না। এইরূপে ইট্ গড়িতে হইলে, গড়িবার পূর্বদিন, উক্ত মাটির স্তূপ হইতে কিয়দংশ কাটিয়া, উহা জলে ভিজাইয়া, পা ও কোদাল প্রভৃতির দ্বারা পেষিয়া উত্তমরূপে মাখিতে হয়। যেন উহাতে কাঁকর বা মাটির ঢেলা না থাকে। কাঁকরে চূণ থাকে; উত্তাপে উহা ক্ষীত হয়, সুতরাং ইট্ ফাটিয়া যায়। সচরাচর গড়ন্দারেরা মাটি প্রস্তুত করিতে বিশেষ যত্ন করে না। মাটি প্রস্তুত করার দোষে ইট্ প্রায় ভঙ্গপ্রবণ হয়। মাটিতে অধিক জল দেওয়া ভাল নহে। কারণ উহা পাতলা হইলে, ফরমা তুলিবামাত্র ইটের ধারগুলি ছড়াইয়া পড়ে, শুকাইলে ইট অধিকতর সঙ্কুচিত হয় এবং অভ্যন্তরস্থ জল শুষ্ক হওয়ায়, উহার অধিকৃত স্থান খালি থাকে, সুতরাং ইটগুলি অপেক্ষাকৃত লঘু ও ভঙ্গপ্রবণ হয়। গড়িবার কিঞ্চিৎ স্নবিধা হয় বলিয়া, গড়ন্দারেরা

কাদা প্রায় পাতলা করে। এইজন্য গৃহস্থের এবিষয়ে বিশেষ দৃষ্টি রাখা কর্তব্য।

ইট গড়িবার স্থানটি উত্তমরূপে পরিষ্কৃত ও সমতল করা উচিত এবং উহা যেন ভিজা না থাকে। ভিজা থাকিলে ইটগুলি মাটির সহিত লাগিয়া যায় এবং উহা তুলিবার কালে চাকলা উঠিতে থাকে। জমি অপরিষ্কৃত ও অসমতল হইলে, ইটের নিম্নভাগও ঐরূপ হয়। সূত্রাং গাঁথিবারকালে কোথায়ও অধিক মসলা লাগে এবং কোথায়ও বা একেবারে আবশ্যক হয় না।

ইট শুকাইলে কমিয়া যায়। এইজন্য যেরূপ ইটের প্রয়োজন, ফরমা তাহা অপেক্ষা চারিদিকেই কিঞ্চিৎ বড় করা আবশ্যক। সচরাচর $১০\frac{১}{২} \times ৫\frac{১}{২} \times ৩$ মাপের ফরমা ব্যবহৃত হইয়া থাকে। উহার ইট শুকাইয়া সাধারণতঃ $১০" \times ৫ \times ২\frac{১}{২}$ থাকে। কোন কোন মাটির ইট পুড়িয়া কিছু কমে বটে, কিন্তু উহা অতি সামান্য ব্যবহারে কাষ্ঠের ফরমার উপরিভাগ ক্ষয়িয়া যায়; সূত্রাং ক্রমশঃ ইটের স্থূলতা কমিতে থাকে। এই জন্য কাষ্ঠের ফরমার উপরি ও নিম্নভাগ লোহার পাত দিয়া বাধাইয়া দেওয়া ভাল। এক্ষণে লৌহ নির্মিত ফরমা অল্প মূল্যে পাওয়া যায়। কাষ্ঠের ফরমার পরিবর্তে উহা ব্যবহার করা অনেকাংশে ভাল। যে কাষ্ঠ বা লৌহখণ্ড দ্বারা ইটের উপরিভাগ চাঁচিয়া লওয়া যায়, ফরমার সহিত ঘর্ষণে উহার ছইস্থান ক্ষয়িয়া যায়; সূত্রাং ইটের স্থূলতা ফরমা অপেক্ষা কম হইয়া পড়ে। এইজন্য ঐ কাষ্ঠ বা লৌহ খণ্ড ক্ষয়িয়া যাইবার পূর্বেই পরিবর্তন করা উচিত।

মৃত্তিকা ভাল হইলে এবং কাদা ভাল করিয়া প্রস্তুত করিলেই যে, ভাল ইট হয় এমনত নহে। গড়িবার দোষে ভাল মাটিতেও তাদৃশ শক্ত ইট হয় না এবং গড়নন্দারেরা প্রায়ই এবিষয়ে ফাকি দিবার চেষ্টা করে। গড়িবার অব্যবহিত পূর্বেই, পূর্বোক্ত মাটি, যেখানে ইট গড়িতে হইবে, উহার স্থানে স্থানে আবশ্যক মত রাখিতে হয় এবং প্রত্যেক স্থানের মাটির নিকট, পরিষ্কৃত গুড় ও সূক্ষ্ম বালি কিছু কিছু রাখিতে হয়।

অনন্তর ফরমাখানির ভিতর উত্তমরূপে ঐ বালি মাখাইয়া, উহা ভূমির উপর পাতিতে হয় এবং উক্ত মাটি হইতে একখানি ইটে যত মাটি আবশ্যক, তাহা অপেক্ষা কিঞ্চিৎ অধিক পরিমাণে মাটি লইয়া, উহা হস্ত দ্বারা ফরমা অপেক্ষা দৈর্ঘ্যে ও প্রস্থে বড় না হয় এরূপ পিণ্ডাকার করিতে হয়। পরে ঐ মৃৎপিণ্ড দুই হস্ত দ্বারা মস্তক পর্যন্ত তুলিয়া সজোরে ফরমার ভিতর ফেলিতে হয়। অনন্তর অঙ্গুলির দ্বারা উহা ফরমার চারি কোণে ঠেলিয়া এবং হস্ত দ্বারা উহার উপরিভাগ চাপড়াইয়া কাষ্ঠ বা লৌহখণ্ড দ্বারা অতিরিক্ত মাটি চাঁচিয়া লইয়া হস্তে কিঞ্চিৎ জল মাখাইয়া ইটের উপরিভাগ মার্জিত ফরমার বিপরীত কোণদ্বয় দুই হস্ত দ্বারা ধরিয়া উহা সাবধানে তুলিতে হয়। গড়ন্দারেরা প্রায় এরূপ করে না। এইজন্য অধিকাংশ ইটের কোণ উঠে না; কোন কোনটীতে দুইবার মাটি দেওয়ায় উহাতে একটা জোড় হয় এবং পোড়া হইলে ঐ জোড়ের কাছে ইটখানি অল্প আঘাতেই ভাঙ্গিয়া যায়। মৃৎপিণ্ড সজোরে ফরমার ভিতর না ফেলিলে উহার পরমাণুর মধ্যে মধ্যে ফাক থাকে; সুতরাং ইট অপেক্ষাকৃত লঘু ও ভঙ্গপ্রবণ হয়। ফরমা অসাবধানে তুলিলে উহার ধাক্কা লাগিয়া ইটের ধারগুলি বাঁকিয়া যাইতে পারে।

গড়া হইলে ইটগুলি ভাল করিয়া শুকাইতে হয়। অনাবৃত স্থানে এক দিনেই উহা কিঞ্চিৎ শুক্ক হইয়া উঠে। পরদিন উহা শিকল (পাঁত) দেওয়া যায়। শিকল দিবার স্থানটী কিঞ্চিৎ উচু হওয়া আবশ্যিক। কারণ বৃষ্টি হইলে জল দাঁড়াইয়া নীচের ইট ভিজিয়া যাইলে, সমস্ত শিকল পড়িয়া যাইবার সম্ভাবনা। ইট চাকিবার জন্য দরমা বা অন্য কিছু সর্বদা যোগাড় রাখা কর্তব্য। শুষ্ক ইট একবার ভিজিলে, উহা পুনর্বার যত শুষ্ক হউক না কেন, পূর্বের ন্যায় শুষ্ক হয় না। ইট ভাল শুষ্ক না হইলে পাঁজায় উঠান উচিত নহে, কারণ কাঁচা ইট, নাড়িতে চাড়িতে ভাঙ্গিয়া যায়; পুড়িবার পূর্বে পাঁজায় শুষ্ক করিতে কাষ্ঠ বা কয়লার উত্তাপ নষ্ট হয় এবং পাঁজায় অধিক উত্তাপ লাগায় ফাটিয়া যাইবার সম্ভাবনা।

ইট্‌ শুষ্ক হইলে পাঁজায় সাজাইয়া পুড়াইতে হয়। কাষ্ঠও সাজাইবার পদ্ধতি ভেদে, অনেক প্রকার পাঁজা প্রচলিত আছে। তন্মধ্যে কয়লা দ্বারা সচরাচর যেক্রপ পাঁজায় ইট্‌ পোড়ান হয়, তদ্বিষয় আমরা সংক্ষেপে বর্ণন করিব।

.. পূর্বোক্তরূপে নির্মিত ইট্‌ পুড়াইতে লক্ষ ইটে ছয় শত মণ কয়লা লাগে। অনেকে পাঁচ শত মণেও পুড়াইয়া থাকেন। কিন্তু তাহাতে ইটের বর্ণ হিন্দুলের ন্যায় লাল হয় না, অনেক আমা হইয়া যায়। “পগমিলে” পেষিত মৃত্তিকায় ইট্‌ পুড়াইতে সাড়ে ছয় শত মণ হইতে সাত শত মণ কয়লা লাগে।

পাঁজা সাজাইবার সময়ে এ বিষয়ে দৃষ্টি রাখা উচিত যে উহা যত উচ্চ হইবে ততই অল্প কয়লায় অধিক ইট্‌ পুড়িবে এবং অল্প ইট্‌ নষ্ট হইবে। নিতান্ত ছোট না হইলে পাঁজায় সচরাচর একচল্লিশ থাক ইট্‌ উঠান হইয়া থাকে। ছোট পাঁজা অধিক উচু করিলে উত্তাপের তেজে ঢসিয়া যাইবার সম্ভাবনা। একচল্লিশ থাক ইট্‌ উঠাইলে কত ইটে কত আয়তনের পাঁজা করা আবশ্যক এবং তাহাতে কত কাষ্ঠ (কয়লা ধরাইবার জন্য) লাগে নিম্নে তাহার তালিকা দেওয়া যাইতেছে।

পাঁজার তলায় এবং উহার চারিধার অর্থাৎ কঁকের ইট্‌।	পাঁজার ভিতরের ইট্‌।	মোট ইট্‌।	পাঁজার তলার পরিমাণ।	কাষ্ঠের পরিমাণ।
৬০ হাজার	৬ লক্ষ	৬৬০০০০	৬০ ফুট × ৬০ ফুট	১৪০ মণ
৫৬ হাজার	৪½ লক্ষ	৫০৬০০০	৫৫ ফুট × ৫৫ ফুট	১৩০ মণ
৪০ হাজার	৪ লক্ষ	৪৪০০০০	৫০ ফুট × ৫০ ফুট	৯০ মণ
৩৬ হাজার	৩ লক্ষ	৩৩৬০০০	৪৫ ফুট × ৪৫ ফুট	৮০ মণ
২৫ হাজার	২½ লক্ষ	২৫০০০০	৪০ ফুট × ৪০ ফুট	৫৫ মণ
২২ হাজার	১½ লক্ষ	১৭২০০০	৩০ ফুট × ৩০ ফুট	৪৫ মণ
৯ হাজার	৭৫ হাজার	৮৪০০০	২৫ ফুট + ২৫ ফুট	৪০ মণ
৭ হাজার	৫০ হাজার	৫৭০০০	২০ ফুট × ২০ ফুট	৩৫ মণ

পাঁজার তলার ইট্ কাঁচা থাকে এবং উহার চারিধার অর্থাৎ কঁকের ইট্ ভাল পুড়ে না ; এইজন্য কাঁচা ইটে ঐ সকল না গাঁথিয়া, আমা বা পাকা ইটে গাঁথিলে ভাল হয়। এক স্থানে অধিক ইট পুড়াইতে হইলে প্রথমে একটা ছোট পাঁজা পুড়াইয়া, উহার ইট্ দ্বারা দ্বিতীয় পাঁজার কঁকে ও তলা গাঁথা যাইতে পারে।

পাঁজার পত্তন কিঞ্চিৎ উচ্চ স্থানে দেওয়া আবশ্যিক, যেন বৃষ্টি হইলে তলার জল না দাঁড়ায়। অনেকে পাঁচ ইঞ্চি অন্তর চুলা বা গালা রাখিয়া, সমস্ত চুলাগুলিতেই কাষ্ঠ দেন। কিন্তু ইহাতে অনেক কাষ্ঠ অপব্যয় হয়—কয়লা ধরাইবার জন্য এত কাষ্ঠের আবশ্যক নাই। বায়ুর অভিযুখে প্রতি পাঁচ ফুটে একটা চুলায় এবং অপরদিকে তের ফুট অন্তর একটা করিয়া চুলা রাখিয়া তাহাতে কাষ্ঠ দিলেই বথেষ্ট হয়। যথা ২০ ফুট × ২০ ফুট পাঁজায়, একদিকে চারিটা এবং অপর দিকে একটা একুনে পাঁচটা গালায় কাষ্ঠ দিতে হয়। অপর গালায় মুখগুলি বন্ধ করিয়া বায়ু খেলিবার জন্য উভয় মুখে ৫" × ৩" পরিমিত ছোট ছোট ফুটা রাখিলে হয়। প্রথমে পাড়ন কয়লার নীচে “পায়রাথোপী” করিয়া একখানি খাদরি ইট্ সাজাইতে হয়। উপরে প্রতি কয়লার পাড়নের নীচের থাকের ইট্ চারি ধারে “পায়রাথোপী” করিতে হয়। এরূপ করিবার উদ্দেশ্য এই যে, বায়ু লাগায় পাঁজার পার্শ্বের ইট্ ভাল পুড়ে না। কিন্তু ঐ “পায়রাথোপ” গুলির ভিতর কয়লা থাকায় তথায় কয়লার ভাগ অধিক হয় ; সুতরাং বাহিরের ইট্ ভিতরের ত্রায় পুড়িবার সম্ভব।

সচরাচর পাঁজায় ৪১ থাক ইট্ এবং ১২ পাড়ন কয়লা দেওয়া হয়। প্রতি পাড়নে কত কয়লা দিতে এবং তাহার উপর কয় থাক ইট্ সাজাইতে হয়, নিম্নে তাহার তালিকা দেওয়া যাইতেছে।

কয়লার পাড়ন। কত ইঞ্চি পুরু কয়লা দিতে হয়। কয় থাক ইট্ উঠাইতে হয়।

১ম	...	৪	...	২
২য়	...	২২	...	৩

৩য়	১২	
৪র্থ	১২	
৫ম হইতে ৯ম	১৬	৪ (পাঁচ কয়লাব পাড়নের উপর)
১০ম	১৬	
১১শা	১২	
১২শা	১২	২ থাক ইট্ পাতাইয়া (খাদ্যাব করিয়া নয়)

তাহার উপর মাটি চাপা দিতে হয়।

দ্বাদশ পাড়নে কয়লা না দিলেও চলিতে পাবে। একাদশ পাড়ন কয়লার উপর চাবিগানি ইট্ খাদ্যাব করিয়া গাথিয়া তাহার উপর দুই-খানি ইট্ পাতাইয়া, তদুপরি মাটি দিলেও চলে। কিন্তু উক্ত দ্বাদশ পাড়ন কয়লা দিলে ভাল হয়।

যদি পঁজায় ৪১ থাক ইট্ না উঠে, তাহা হইলে, উপরোক্ত মাপে কয়লা দিলে, লক্ষ করা ছয়শত মণের কিঞ্চিৎ অধিক কয়লা লাগে।

পঁজার উপর কয়লা বিছাইয়া মাপিলে, উহা কত পুরু হইল, ঠিক জানা যায় না, কারণ একপ অবস্থায় মাপ ঠিক হয় না। ১২ ইঞ্চির স্থলে হয়ত ২ ইঞ্চি, নয় ১ ইঞ্চি হইয়া যায়। এইজন্য নিম্নলিখিতরূপে কয়লা মাপিয়া দেওয়া উচিত। এইরূপে মাপিলে প্রতি পাড়নের কয়লা, উপরোক্ত তালিকার মাপের মত পুরু হইবে।

কয়লা মাপিবার জন্ত ২২ ফুট দীর্ঘ, ২ ফুট প্রস্থ এবং ২ ফুট উচ্চ (১০ ঘন-ফুট পরিমিত) তলা ও উপরিভাগ শূন্য, একটী কাষ্ঠের বাক্স প্রস্তুত করিতে হয়। বাক্সটী তুলিবার জন্ত উহার দুইদিকে দুইটী হাতল থাকা আবশ্যক।

যে কোন পাড়নে কত বাক্স কয়লা লাগিবে ঠিক করিতে হইলে, ঐ পাড়নের দৈর্ঘ্য ও প্রস্থ ফিতা বা গজ দ্বারা মাপিয়া বর্গ ফুটে উহার কালি স্থির কর। অনন্তর ঐ বর্গফলকে নিম্নলিখিত তালিকা হইতে, ঐ পাড়নের পার্শ্বস্থ ভগ্নাংশ দ্বারা গুণ করিলে যে সংখ্যা পাওয়া যায়, ঐ পাড়নে তত বাক্স কয়লা লাগিবে।

১ম পাড়ন	৩০
২য় পাড়ন	৪৮
৩য় ও ৪র্থ পাড়ন	৮০
৫ম হইতে ৯ম পাড়ন	১০
১০ম পাড়ন	৩৫০
১১শ ও ১২শ পাড়ন	৮০

উদাহরণ। কোন একটি পাঁজার তৃতীয় পাড়নে কত বাগ্ন কয়লা লাগিবে ঠিক কবিত হইবে। মনে কর, মাপিয়া দেখা গেল ঐ পাড়নের দৈর্ঘ্য ২২ ফুট এবং প্রস্থও ২২ ফুট।

ঐ পাড়নের কালী = $২২ \times ২২ = ৪৮৪$ বর্গ ফুট সুতরাং ঐ পাড়নে, $৪৮৪ \times \frac{১}{৮} = ৬$ বাক্স কয়লা লাগিবে।

এইরূপে বাক্সের সংখ্যা স্থির কবিয়া, ঐ বাক্সটী পাঁজার উপর রাখিয়া, ঝুড়ি করিয়া কয়লা আনিয়া, উহার ভিতর ফেলিতে হয়। বাক্সটী পূর্ণ হইলে উহার হাতল ধরিয়া তুলিলেই বাক্স উঠিয়া আইসে এবং কয়লাগুলি পাঁজার উপর থাকিয়া যায়। বাক্সটীর তলা ও উপরিভাগ শূন্য করিবার উদ্দেশ্য এই। পরে বাক্সটী নাড়িয়া অপর একস্থানে ঐরূপ কয়লা মাপিতে হয়। এরূপ, যে কয় বাক্স কয়লার আবশ্যক তাহা মাপা হইলে, কয়লাগুলি ভাল করিয়া বিছাইতে হয়। বিছাইবার কালে মধ্যভাগ অপেক্ষা পার্শ্বে কিঞ্চিৎ অধিক পরিমাণে কয়লা দিতে হয়। একপ না করিলে চতুর্দিকের উত্তাপে, মধ্যভাগে অগ্নির তেজ অধিক হওয়ায়, সেখানে ঝামা হইয়া যায়, এবং পার্শ্বে অগ্নির তেজ বাহির হইয়া যাওয়ার ইটগুলি ঝামা হইয়া থাকে। পাঁজায় তুলিবার পূর্বে কয়লাগুলি ছোট ছোট করিয়া ভাঙ্গা আবশ্যক। কারণ বড় বড় থাকিলে তথায় অগ্নির তেজ অধিক হয়, সুতরাং ঝামা হইবার সম্ভাবনা।

পূর্বেই লিখিত হইয়াছে “পগমিলে” পেষিত মাটির ইটে, কয়লা কিছু অধিক লাগে। উপরোক্ত কয়লার মাপ ঐ ইটের জন্ত নহে। ঐ ইট পুড়াইতে হইলে, উক্ত মাপ অপেক্ষা অধিক কয়লা লাগে।

পাঁজায় ইট তুলিবার সময়, সচরাচর মজুরেরা মাথায় করিয়া ইট লইয়া যাউয়া, পাঁজার উপর কেলিয়া দেয়। ইহাতে অনেক ইট ভাঙ্গিয়া যায়। গবর্ণমেন্টের কাগজে এইরূপে ইট ফেলে না। তথায় যে ব্যক্তি পাঁজা : সাজায়, সে মজুরের মাথা হঠাতে থাক্কে থাক ইট ধরিয়া সাজাইয়া ফেলে। ইহাতে কার্য্য শীঘ্র হয় এবং ইট কিছুমাত্র নষ্ট হয় না।

অধিক পরিমাণে বায়ু প্রবেশ করিতে না পারে এইজন্য পাঁজার চারি ধারে কাদা দিয়া লেগিয়া দিলে ভাল হয়। পাঁজায় আগুণ দিয়া চুলার মুখ বন্ধ করিয়া দেওয়া উচিত। তাহা না করিলে বাতাস লাগিয়া, কাঠ ও উহাৰ উপরেব কয়লা শীঘ্র পুড়িয়া যায়, সুতরাং ইট ভালরূপ পুড়িবার কিঞ্চিৎ ব্যাঘাত জন্মে।

বেলের গুণ ও রোপণ প্রণালী।

বেল যে একটি উপাদেয় ফল, তাহা বোধ হয় এদেশেব কাহাকেও লিখিয়া বুঝাইয়া দিতে হয় না। বেল কেবলমাত্র সে সুখাদ্য ফল তাহা নহে, উহা আবার আমাদের বিশেষ উপকারী। অনেক প্রকার রোগে বেল মহৌষধের কার্য্য করিয়া থাকে। বৈদ্য-শাস্ত্র মতে বেলের বিস্তর গুণ দেখিতে পাওয়া যায়। বোধ হয় আমাদের দেশের প্রাচীন শাস্ত্র-কর্ত্তারা বেলের গুণ অবগত হইয়াই উহা ধর্ম্মের সঙ্গে যোগ করিয়া দিয়া একটি বিশেষ উপকার সাধন করিয়াছেন। হিন্দু-শাস্ত্র মতে বেলগাছ প্রতি গৃহস্থ বাটীতেই থাকা উচিত। কেবলমাত্র দেবার্চনায় বেল লাগে না। বেল দ্বারা যে সকল উপকার হইয়া থাকে, প্রথমে তৎসমুদায় লিখিয়া পরে যেরূপে উহা রোপণ করিতে হয় তাহা প্রকাশ করিব।

বিস্তৃপত্র।—হিন্দুশাস্ত্রানুসারে দেবার্চনায় লাগিয়া থাকে। অনেক প্রকার ঔষধেব অনুপানে বেলপাতাব রস ব্যবহাৰ হইয়া থাকে। শোণে বেলপাতার রস পান করিলে বিশেষ উপকার হয়।

বেল বা শ্রীকণ।—বেল ও শ্রীকল একই ফল। তবে কাহাবও কাহার

মতে বেলের মধ্যে ছোট আকারের যে সকল ফল, তাহাকে শ্রীকল এবং বড় আকারবিশিষ্ট জাতীয়কে বেল কহে। ফলের জন্মই বেলের অত্যন্ত আদর। পাইট করিলে ক্রমে ক্রমে বেলের উন্নতি সাধন করিতে পারা যায়। বড় জাতীয় বেল অন্যান্য সাত সের পর্য্যন্ত ওজনেরও দেখা গিয়াছে। যে বেলের আঠা ও বিচি ম্লম এবং শাঁস স্নিগ্ধ তাহারই অধিক আদর। বেলের কচি অবগত কুচি কুচি করিয়া শুষ্ক করিয়া রাখিলে তাহাকে বেল শুঠকি কহে। বেল শুঠকি অত্যন্ত উপকারী। এজন্য পূর্নকার গৃহিণীগণ স্ব স্ব গৃহে প্রতিবৎসর উহা প্রস্তুত কবিয়া রাখিতেন, বৈদ্যমতে কোন কোন ঔষধে বেল শুঠকি ব্যবহার হয়। কচি-বেল আমাশয় প্রভৃতি উদরাময় রোগের একটি মহৌষধি। কচি-বেল সিদ্ধ করিয়া তাহার জল পান করিলে পেটের পীড়া নিবারণ হইয়া থাকে। বারমাস কাঁচা বেল পাওয়া যায় না, এজন্য বেলশুট গৃহে প্রস্তুত করিয়া রাখা উচিত। আজকাল এদেশের অনেকেই বেলের গুণ অবগত নহেন। কিন্তু ইংরাজ চিকিৎসকগণ উহার বিশেষ আদর করিতে আরম্ভ করিয়াছেন; প্রতিবৎসর এদেশ হইতে কাঁচা বেল শুষ্ক করিয়া বিলাত প্রভৃতি অনেক স্থানে প্রেরণ করা হইতেছে এবং তথা হইতে “এক্ট্রাক্ট অব বেল” নামক ঔষধ প্রস্তুত হইয়া আসিতেছে। কিছু থের বিষয় যে বেল আমাদেব এত উপকারী এবং যাহার উপকার জ্ঞাত হইয়া গৃহে গৃহে বিল্ববৃক্ষ রোপণের ব্যবস্থা, সেই বেল-জাত ঔষধের জন্য আমরা বিদেশীয়দিগের নৃথাপেক্ষী হইয়া পড়িতেছি !

বৈদ্য-শাস্ত্রমতে বেলের গুণ (১) মধুর, কষায়, গুরু, পিত্ত, কফ, জ্বর এবং অতিশার-নাশক, রুচি-কারক এবং অগ্নি-বর্দ্ধক।

বেলের মূলের গুণ (২) ত্রিদোষ-নাশক, মধুর এবং লঘু।

(১) ফলাগুণাঃ— মধুরত্বং কষায়ত্বং গুরুত্বং পিত্ত-কফ-জ্বর-অতিশার-নাশিত্বং। রুচিকারিত্বং দীপনত্বঞ্চ।

ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

(২) মূলাগুণাঃ—ত্রিদোষঘ্নত্বং মধুরত্বং লঘুত্বং।

কোমল ফলেব গুণ—(৩) শ্লিষ্ণ, শুক, সংগ্রাহক এবং অগ্নি-কাষক ।

পাকা-বেলের গুণ—(৪) মধুর, শুক, কটু, তিক্ত, কষায়, উষ্ণ, সংগ্রাহক এবং ত্রিদোষ-নাশক ।

বেলঙুঠের গুণ—(৫) কফ, বাত, আম ও শূলনাশক এবং গ্রাহী ।

গৃহিণীগণের কর্তব্য প্রতিবৎসর স্ব স্ব গৃহে বেলঙুট প্রস্তুত করিয়া রাখেন ।

উপরিভাগে বেলের যে সমস্ত গুণ লিখিত হইল, তদ্বিন্ন বেগ দ্বারা উত্তম সবৎ প্রস্তুত হইয়া থাকে । আমাশয় প্রভৃতি বোগে বেলপোড়া অত্যন্ত উপকারী । বেল দ্বারা আবার অতি উৎকৃষ্ট মোবকা প্রস্তুত হইয়া থাকে । কি বোগী, কি সুস্থশরীর, সকল ব্যক্তির পক্ষেই বেলের মোবকা সুপথ্য । বেলের আঠা চিত্রকাবেরা বটে ব্যবহাৰ করিয়া থাকে ।

বেল বৎসবেব নধো একবার মাত্র ফলিয়া থাকে । বেলের রোপণ প্রণালী অতি সহজ । বিশেষরূপ পাইট কবিতো হয় না । ছুই উপায়ে বেলের চারা হইয়া থাকে ; অর্থাৎ বিচি কিসা শিকড়জাত চারা রোপণ করিলে উহার গাছ হইয়া থাকে । সকল প্রকার মাটিতে গাছ ভাল হয় না । দো-আঁশ মাটিই বেলের পক্ষে উত্তম । বেলের শিকড় বৃদ্ধিকার মধ্যে অনেক দূর পর্য্যন্ত সঞ্চাবিত হইয়া থাকে । অনেক সময় তাহা হইতে ফেকড়ী বা চারা উৎপন্ন হয় । আমরা উহাকে বেলের শিকড় বলিয়া থাকি, বাস্তবিক তাহা শিকড় নহে, উহা কাণ্ড ।

(৩) কোমলফলাগুণাঃ—শ্লিষ্ণং শুক্লং সংগ্রাহকং দীপনত্বং ।

ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ ।

(৪) পকফলাগুণাঃ—মধুরং শুক্লং কটুং তিক্তং কষায়ত্বং
উষ্ণং সংগ্রাহকং ত্রিদোষ-নাশকং ।

ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ ।

শ্রীফলস্তববপ্তি-তোগ্রাহীকক্ষোহগ্নিপিত্তক্লং ।

বালশ্লেষ্মহরোবল্য লঘুরক্ষাশ্চ পাচন ।

ইতি ভাবপ্রকাশঃ ।

(৫) শুক বিব-খণ্ডঃ—কফ-বাতামশূন্যী গ্রহিণী বিশ্বপেষিকা ।

ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ ।

ঐ কাণ্ড হইতে যে ফেক্‌ডী বাহির হয়, তাহার কিয়দংশের সহিত উহা কাটিয়া লইয়া অন্যস্থানে রোপণ করিলে গাছ হইতে পারে, কিন্তু অনেক স্থলে তাহা শুষ্ক হইয়া মরিয়া যায়। এজন্য উৎকৃষ্ট জাতীয় সুপক্ক বেলের বিচি লইয়া কোন স্থানে বুঝা মাটিতে রোপণ করিলে যে চারা হয়, তাহা তুলিয়া লইয়া অভিমত স্থানে রোপণ করিলে গাছ হইতে পারে। অতি অল্পদিনেব মধ্যেই চারা হইতে বেল ফলিয়া থাকে। যে স্থানে বেলের চাৰা রোপণ করিবে, অগ্রে তথায় খইল ও গোবরের সার গর্ভ করিয়া পুতিয়া রাখিয়া পরে তাহাতে চারা রোপণ করিবে যে গাছের তেজ বৃদ্ধি হইবে। চারা-গাছের পাতা ছিঁড়িলে গাছ কমজোর হয়, সুতরাং উপযুক্তমত বাড়িতে পারে না। অন্যান্য গাছের ন্যায় বর্ষান্তে অর্থাৎ কাটিক মাসে গাছের গোড়ার মাটি খুঁড়িয়া দিতে হয় এবং বর্ষাকালে উহার মূল খুঁড়িয়া দিয়া জল খাওয়ান উচিত।

বাড়ীতে অধিক পরিমাণ বেলের আবাদ কবিত্তে পারিলে তদ্বারা বিলক্ষণ লাভ হইতে পারে। বেল যেকপ উপকারী, তাহাতে প্রত্যেক গৃহস্থেরই কর্তব্য, স্ব স্ব আবাসে দুই একটী গাছ রোপণ করিয়া রাখা।

গবাদি পশুর এঁসে ঘা।

এঁসে রোগ গো, ছাগ শূকর এবং মুরগী প্ৰভৃতি অনেক জন্তুরই হইয়া থাকে। ভারতবর্ষের প্রায় সর্বত্রই পশুদিগের এঁসে রোগ হইতে দেখা যায়। উহা এক প্রকার সংক্রামক অর্থাৎ ছোঁয়াছে রোগ। পশুদিগের পালের মধ্যে দুই একটী জন্তুর এই পীড়া হইলে অন্যান্য পশুগণেরও ঐ রোগ হইতে দেখা যায়। এঁসে রোগ আক্রমণ করিলে জরের সঙ্গে সঙ্গে মুখে, পায়ে এবং পালানে ফুস্ফুড়ী হইয়া থাকে। সকল পশুর এক প্রকার আকারে রোগ উপস্থিত হয় না; অর্থাৎ কোন কোন জন্তুর কেবলমাত্র মুখে এবং কাহারও কাহাবও পায়ে হইয়া থাকে। অনেক সময় দেখা গিয়াছে, এঁসে রোগাক্রান্ত গাভীর দুগ্ধ পান কবিয়া মল্লুয়াদিরও উক্ত পীড়া উপস্থিত হইয়াছে। কোন পশুর এঁসেরোগ একবার হইলে পুনরাব উহা হইতেও দেখা গিয়াছে।

রোগের কারণ।—আপনাপনিও এই বোগ হইতে পারে। কখন কখন আবাব উক্ত বোগাক্রান্ত পশুদিগেব সংস্পর্শেও রোগ হইতে দেখা যায়। অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসক অনুমান করেন, গবাদির দাঁড়াইবার স্থান কিম্বা মাটি ময়লাযুক্ত থাকাতেই এই রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে। যদিও উহাব কারণ নির্দেশ করা অত্যন্ত কঠিন কিন্তু পশুদিগকে সর্বদা সাবধানে রাখিলে যে উহার আক্রমণ হইতে রক্ষা কবিতে পারা যায়, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই। অর্থাৎ গবাদি পশুদিগকে পবিস্কার রাখিলে, রোগাক্রান্ত পালের সঙ্গে চবিতে না দিলে, চরিতে বাইবাব সময় পথের ধারে অপবিস্কাব উদ্ভিজ্জাদি আহার কবিতে না দিলে, এই বোগ প্রায়ই হয় না। ফলতঃ স্পর্শই বোগেব প্রধান কারণ বলিয়াই বোধ হয়।

বহু দর্শন দ্বারা স্থির হইয়াছে যে, এই বোগের বীজ গবাদি পশুর দেহে চবিশ ঘণ্টা হইতে তিন চারি দিন পর্য্যন্ত থাকে। কিন্তু ছত্রিশ ঘণ্টার মধ্যে নিশ্চয়ই প্রকাশ হইতে দেখা যায়।

লক্ষণ।—কম্পেব সহিত জ্বর হয়, মুখ, শিং এবং চারি পা গবম হইয়া উঠে, মুখ চক্চক করে এবং লাল পড়ে। এই সকল লক্ষণেব পব পায়ে ও মুখে ফুস্ফুড়ি নির্গত হইয়া থাকে। গাভী হইলে পালান ও বাটে ফুস্ফুড়ি দেখা যায়। ঐ সকল ফুস্ফুড়ির আকার শিমের বীজের ন্যায় কোস্কার মত। সময় সময় ঐ ফুস্ফুড়ি আবাব নাকের ভিতরও হইতে দেখা যায়। ফুস্ফুড়িগুলি আবাব প্রায়ই আঠার কিম্বা চবিশ ঘণ্টার মধ্যে ফাটিয়া গিয়া লাল রঙেব যা হইয়া উঠে। এই যা শীঘ্র ভাগও হইতে পারে কিন্তু রীতিমত চিকিৎসা না করিলে নালী যা হইবার সম্ভাবনা।

মুখের মধ্যে সকল স্থান অপেক্ষা জিহ্বাতে ফুস্ফুড়িব পরিমাণ অধিক হইয়া থাকে। কিন্তু টাকরায়, দন্তমূলে এবং মুখমধ্যে অস্ত্রাণ্ড স্থানেও হইতে দেখা যায়।

পায়ে ফুস্ফুড়ি হইলে প্রায় খুরের ঘোড়েব মধ্যে এবং খুরের সহিত যে স্থানে চর্ম্মের সংলগ্ন, সেই সকল স্থানে হইয়া থাকে।

গবাদি পশুর এই রোগ উপস্থিত হইলে টাটানি ও জরের জন্ম

তাহারা আত্মবশ করে না এবং যে পারে ক্ষত হয়, তাহা গোড়া হইয়া যায়। এসে রোগাক্রান্ত বলদকে খাটাইলে বোগ বৃদ্ধি হইয়া উঠে, পা ফুলিয়া যায় এবং কখন কখন খুব খসিয়া পড়িতেও দেখা যায় ।

গাভীর পালানে ও বাটে এই রোগ হইলে তাহা ফুলিয়া উঠে এবং ছুটিলেই বেদনা বোধ করে। রোগের সময় বাছুরে দুগ্ধপান করিলে তাহাবও সেই রোগ হইয়া থাকে ।

দুগ্ধবতী গাভীর এই বোগ উপস্থিত হইলে দোহন-কালে তাহারা অস্থির হইয়া উঠে, এদিকে আশ্রয় না দৃষ্টিলে পালান ফুলিয়া কষ্ট উপস্থিত করিয়া থাকে ।

অনেক সময় দেখা যায়, কেহ কেহ এই বোগ উপাত্ত হইলে বসন্ত রোগ মনে করিয়া থাকেন, কিন্তু কয়েকটা লক্ষণের প্রতি দৃষ্টি রাখিলে গৃহস্থগণ সেই ভ্রম সংশোধন করিতে পারেন। অর্থাৎ বসন্ত হইলে পায়ে রোগ হয় না। এসে রোগে পেটের পীড়া দেখা যায় না। কিন্তু বসন্তে প্রায়ই উদব-ভঙ্গ এবং রক্তামাশয় উপাত্ত হইয়া থাকে ।

এসে রোগাক্রান্ত গবাদি পশুদিগকে যদি উপযুক্ত মত যত্ন এবং ভাল রকম চিকিৎসা করা যায়, তাহা হইলে তিন চারি দিনের মধ্যেই জ্বরাদি আরাম হইয়া থাকে এবং এক পক্ষের মধ্যেই পশু সম্পূর্ণ সুস্থ হইয়া উঠে। কিন্তু যদি উপযুক্ত মত যত্ন না করা যায়, আর যদি বোগের অবস্থায় তাহাদিগকে কার্ণ্যে নিযুক্ত করা হয়, তাহা হইলে জ্বর প্রবল হইয়া উঠে, ক্ষুধা মান্দ্য হয় এবং খুর ও পানের মধ্যে নালী-বা থাকাতে খুব খসিয়া পড়িতে পারে, পা অত্যন্ত ফুলিয়া উঠে, ফোড়া হয় এবং দশবারো দিনের মধ্যে পশু মরিয়া যায়।

ব্যবস্থা।—পীড়িত পশুকে গৃহমধ্যে পবিস্কার বাখা উচিত। ঘরের মেঝে যেন খুব পবিস্কার থাকে এবং গৃহমধ্যে যেন ভার্য্য বা বাতাস খেলিতে পারে ।

দিনের মধ্যে দুই তিনবার গবম জলে পশুর মুখের ক্ষতাদি ধুইয়া দেওয়া উচিত। আর নিম্নলিখিত ঔষধের জলে দ্বোত করিলে বিশেষরূপ উপকার হইতে পারে ।

ফট্‌কিরি	সওয়া তোলা।
জল	*আধ সের।

লিখিত ফট্‌কিরি জলে গুলিয়া ক্ষতস্থান ধৌত করিতে হইবে।

গরম জল দ্বারা দিনে দুই তিনবার পা ও খুর ধুইতে হইবে। আর খুরের মধ্যস্থ যোড়মুখেব ময়লাদি অতি সাবধানে বাহির করিয়া দিতে হইবে এবং মধ্যে মধ্যে সেক দেওয়াও আবশ্যক। সেক দিয়া নিম্নলিখিত মলম বাঁধিয়া দিলে শীঘ্র আবাম হইয়া উঠিবে।

কর্পূর	একভাগ।
তাপিণ তৈল	সিকি ভাগ।
মসিনা তৈল	চারি ভাগ।

লিখিত দ্রব্যগুলি ভাল করিয়া মিশাইয়া ঘায়ে লাগাইতে হইবে। যখন দেখা যাইবে মাংস বৃদ্ধি হইতেছে, তখন তাহাতে অল্পপরিমাণে তুতের গুঁড়া দেওয়া উচিত।

পালান, বাঁট প্রভৃতি যে সকল স্থানে ঘা থাকে, তাহা পরিষ্কার করিয়া সেই সকল স্থানে লিখিত মলমেব পটি দেওয়া উচিত। এই পটি দিলে বাটে ও মুখে মাচিতা পড়িতে পাবে না।

যদি পশুর অত্যন্ত জ্বর থাকে, তাহা হইলে নিম্নলিখিত ঔষধ দুইটির মধ্যে যে কোনটী ব্যবহার কবাইতে পাবে যায়।

কর্পূর	বাব আনা।
সোরা	এক তোলা।
মদ	আধ ছটাক।

মদে কর্পূর গলাইয়া পরে তাহাতে সোবা দিয়া একসের ঠাণ্ডা জল মিশাইয়া পশুকে দিন দুইবার সেবন করাইতে হইবে।

সোরা	সওয়া তোলা।
লবণ	আড়াই তোলা।
চিরতাপ গুঁড়	আড়াই তোলা।
গুঁড়	দেড় সের।

সমুদায় দ্রব্য এক সঙ্গে আধসের জলে মিশাইয়া পূর্ববৎ সেবন করাইবে ।
কার্বোলাক অয়েল দ্বারাও অনেক সময় ক্ষত আরোগ্য হইয়া থাকে ।

পথ্য।—দুর্গন্ধবাস কিম্বা মটরের কচি গাছ প্রভৃতি নরম অথচ টাটকা দ্রব্য পথ্যে ব্যবহার করা উচিত । আর চাউল তিন পোয়া, পাঁচসের জলে দেড় ঘণ্টা সিদ্ধ করিয়া পরে তাহা কাপড়ে ছাঁকিয়া ঠাণ্ডা হইলে তাহাতে আধ ছটাক লবণ, কিম্বা দেড় ছটাক মাত শুদ্ধ মিশাইয়া খাইতে দিতে পারা যায় । .

এদেশে অনেক স্থানে দেখিতে পাওয়া যায়, পীড়িত পশুর পায়ের গোচ পর্য্যন্ত জলে কিম্বা কাদায় ডুবাইয়া থাকিবার জন্ত বান্ধিয়া রাখে । উহা দ্বারা মাস্তেপাড়া যদিও নিবারণ হইতে পারে, কিন্তু সময় সময় লোম ও খুরের মধ্যে বালি ও কাদা প্রবেশ করাতে খুর খসিয়া পড়িবার আশঙ্কা উপস্থিত হইয়া থাকে ।

মুষ্টি-যোগ ।

সহজ উপায়ে হটাৎ বাহে করাইতে হইলে অল্প পরিমাণে লবণের সহিত মুক্তাবর্শির পাতা রগড়াইয়া মলদ্বার মুখে একটু গুঁজিয়া রাখ, অনতিবিলম্বে বাহ্য হইবে । আবাল বৃদ্ধ সকলের পক্ষেই খাটিতে পারে ।

স্ফোটক—ফোড়ার উপর কঁটানটের পুন্টিন্ দিলে উহা আপনা হইতেই ফাটিয়া যাইবে ।

সাবান এবং চিনির প্রলেপ ফোড়ার উপর লাগাইলেও উহা ফাটিয়া যায় ।

ফোড়া বসাইতে হইলে বটের আঠা তাহার উপর দিয়া তাহাতে শিমুলের তুলা লাগাইয়া দিলে উহা বসিয়া যাইবে ।

ঘরগৈলে বা ছোট গৈলের পাতা বাটিয়া প্রলেপ দিলে ফোড়া, ওষ্ঠ ব্রণ, পিঠাবাত এবং বাগি প্রভৃতি সমুদায় ভাল হয় । অর্থাৎ এই প্রলে-

পের আশ্চর্য্য গুণ যে, কাঁচা অবস্থায় প্রলেপ দিলে বসিয়া যায় এবং পাকার অবস্থায় ব্যবহার করিলে পূজ্জ নির্গত হইয়া শীঘ্র ক্ষুত শুষ্ক হইয়া থাকে ।

কুম্ভকলী ও জবা ফুলের পাতা বাটিয়া প্রলেপ দিলে ফোড়া আরাম হয় ।

পুঁই পাতায় গাওয়া ঘৃত মাখাইয়া তাহা ফোড়ার উপর লাগাইয়া রাখিলে ফোড়া আপনা হইতে গলিয়া যায় ।

পায়রার গরম বিষ্ঠা ফোড়ার উপর দিলেও উহা গলিয়া যায় ।

রাত্রাক্ত—পান ছেঁচিয়া পরিষ্কার নেকড়ায় একটা পুঁটলি করতঃ তিন চারি দিন চোকে এক এক ফোটা দিলে অনেক স্থলে আরাম হয় ।

আধ ছটাক পরিমাণ কডলিবর অয়েল ছুগ্ধের সহিত মিশাইয়া আঙুরের পূর্বে বা পরে দুই তিন দিন সেবন করিলে রাতকাণা ভাল হইয়া থাকে ।

পাঁঠার মেটে ভাজিয়া দিন কতক আহার করিলে রাত্রাক্ততা ভাল হয় ।

গাওয়া ঘৃত কিছু দিন ব্রহ্মতালুতে প্রলেপ দিলেও রাতকাণা আরাম হইয়া থাকে ।

মাথার মরামাস—গরম জলে কর্পূর ও সোহাগা মিশাইয়া জল গীতল হইলে তদ্বারা মাথা ধৌত করিলে মরামাস উঠা নিবারণ হয় ।

অগ্নি-কারক—কাঁচা পেপের বোঁটার দিকে কাটিলে যে আঠা নির্গত হয়, তাহা রোদ্রে শুষ্ক করিয়া লইলে যে গুঁড় প্রস্তুত হইবে, তাহা মন্দাগ্নি নিবারণের উত্তম ঔষধ । বালকে এক আনা এবং প্রাপ্ত বয়স্ক ব্যক্তি আধ আনা পরিমাণ জলের সহিত হয় আহারের পূর্বে কিম্বা পরে সেবন করিবে ।

আধ ছটাক পরিমাণ গোঁড়া লেবুর রসে একটা গেঁটে কড়ি দিয়া পূর্ক রাত্রি রাখিতে হইবে, পরদিন প্রাতে তাহাতে অল্প পরিমাণ ইক্ষু চিনি দিয়া সেবন করিলে তিন চারি দিনেব মধ্যে মন্দাগ্নি ভাল হয় ।

বাতাবী লেবুর রোপণ প্রণালী।

বাতাবী লেবু এদেশীয় ফল নহে; উহা বটেবিয়া নামক স্থান হইতে আনীত হইয়া এদেশে উহার চাষ আবাদ হইয়াছে। কিন্তু এক্ষণে দেশ মধ্যে উহার যেরূপ গাছাদি হইয়াছে, তাহাতে অনেকেরই মনে বিশ্বাস আশ্রয় ও কাঁঠালের স্থায় এই সুখাদ্য ফল এতদেশীয় ফলতঃ উহা আমাদের দেশীয় ফল নহে। তবে ফলের মধুবতা জন্ত দিন দিন দেশ মধ্যে বাতাবীর আদর বৃদ্ধি হইতেছে।

বাতাবী লেবু যেরূপ সুখাদ্য সে পরিচয় বোধ কাহাকেও দিতে হয় না। সকলেরই রসনা উহার অম্ল-মধুরতা গুণের সুখ্যাতি করিয়া থাকে। বাতাবী মাত্রেই যে, বেশ সুখাদ্য তাহা নহে। উহার মধ্যে আবার ভাল মন্দ দুইটা শ্রেণী আছে। যে বাতাবীর খোসা পাতলা, রোয়া রস-পূর্ণ এবং আশ্বাদ অম্ল-মধুর তাহাই উৎকৃষ্ট। কোন কোন লেবুর মধ্যভাগ গাঢ় লাল, কোন কোন লেবুর মধ্যভাগ পাতলা লাল, আবার কোন কোন জাতীয় লেবুর মধ্যস্থল শাদা দেখা যায়। ফলতঃ ভাল জাতীয় বাতাবীর চারা রোপণ করাই সুপরামর্শ।

দুই প্রকার নিয়মে বাতাবী লেবুর চারা প্রস্তুত হইয়া থাকে, অর্থাৎ বীজ হইতে এবং কলম বাঁধিয়া। বীজের চারা অপেক্ষা কলমের গাছই ভাল। কারণ অল্প দিনের মধ্যে এবং মূল গাছের অমুরূপ ফল ভোগ করিতে হইলে কলম বাঁধাই যুক্তিসিদ্ধ। বীজের চারায় ফল ফলিতে কখন কখন ৬৭ বৎসর পর্যন্তও সময় অপেক্ষা করিতে হয় কিন্তু কলম-জাত চারায় ৩৪ বৎসরের মধ্যেই ফল ফলিয়া থাকে।

লেবুর সকল বীজেই ভালরূপ চারা হয় না। সুপক লেবুর পুষ্ট বীজই চারা তৈয়ার করিবার পক্ষে প্রশস্ত। আমরা বিশেষরূপ পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, বীজ নির্বাচন দোষে অনেক প্রকার ফুল ও ফলের দিন দিন অধোগতি সাধিত হইতেছে। অতএব বীজের প্রতি দৃষ্টি রাখাই যে কোন চাষ আবাদের উন্নতির মূল তাহা সকলেরই মনে রাখা উচিত।

এক্ষণে পাঠকগণ সহজেই বুঝিতে পারিবেন বীজ ও কলম দুই উপায়ে

বাতাবীর চারা প্রস্তুত করিতে হয় এবং কোন প্রকারে চারা তৈয়ার করিলে ফলের উন্নতি হইয়া থাকে, তাহাও বোধ হয় আর উল্লেখ করিবার আবশ্যকতা নাই। গৃহস্থদিগকে শিক্ষা দিবার জন্ত আমরা ক্রমে ক্রমে এই উভয় প্রকার রোপণের প্রথাই উল্লেখ করিতেছি।

বীজের চারা।—ভাল ভাল জাতীয় সুগন্ধ বাতাবীর পুষ্ট বীজ নির্বাচন করিতে হয়। টব, গামলা এবং ক্ষেত্রে সকল স্থানেই উহা রোপণ করিতে পারা যায়। কিন্তু প্রথমে ভূমিতে রোপণ না করিয়া কোন পাত্রে রোপণ করাই ভাল। কারণ তাহা হইলে উই, কেঁচো এবং পিপীলিকা লাগিয়া বীজের কোন অনিষ্ট করিতে পারে না, আর একটি বিশেষ সুবিধা এই যে, আবশ্যক মত উহাতে রোজ ও বৃষ্টি প্রভৃতি লাগাইতে পারা যায় না। দো-আঁশ মাটিতেই বাতাবী লেবু ভাল জন্মিয়া থাকে। অতএব বুঝা দো-আঁশ মৃত্তিকা কোন পাত্রে পূর্ণ করিয়া তাহাতে ফাক ফাক করিয়া এক একটি বীজ পুতিতে হয়। উহা অধিক মাটির মধ্যে প্রবিষ্ট না করিয়া কেবলমাত্র মুখটিতে মৃত্তিকার আচ্ছাদন পড়িবে এইরূপ ভাবে, রোপণ করিতে হইবে।

বীজ রোপণের পর মধ্যে মধ্যে মাটির অবস্থা বুঝিয়া উহাতে জল দিতে হয়, অর্থাৎ মাটি যেন অল্প রসাল থাকে। মাটি রস-যুক্ত থাকিলে অল্প দিনের মধ্যেই বীজ হইতে চারা বাহির হইয়া উঠে। চারা বাড়িতে আরম্ভ হইলে মধ্যে মধ্যে উহার গোড়া খুড়িয়া দেওয়া আবশ্যক। চারি পাঁচ অঙ্গুলি হইতে এক কিম্বা দেড় হাত পর্য্যন্ত বড় চারা তুলিয়া স্থায়ীরূপে রোপণ করিতে পারা যায়। চারা তুলিবার সময় বিশেষ সাবধানতা সহকারে উহা তুলিয়া লওয়া আবশ্যক। কারণ সেই সময় মূল শিকড় কাটিয়া গেলে গাছের বৃদ্ধির ব্যাঘাত জন্মে। চারা রোপণ সময়ে মৃত্তিকার প্রতিও দৃষ্টি রাখা আবশ্যক ; কারণ যখন উৎকৃষ্ট জাতীয় লেবুর বীজে মৃত্তিকার দোষ ফলের গুণের তারতম্য হইয়া থাকে। তখন সে বিষয়ে তাক্কিল্য করা কখনই কর্তব্য নহে। পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে যে, দো-আঁশ মৃত্তিকায় ফল ভাল হইয়া থাকে, সেইরূপ এটেল মাটিতেও ফল মন্দ হয় না। কিন্তু বেলে মাটিতে রোপণ করিলে ফলে ভালরূপ রস হয় না।

অন্যান্য ফলের ন্যায় প্রতি বৎসর আশ্বিনের শেষে এবং কার্তিক মাসের মধ্যেই গাছের গোড়া খুড়িয়া পুনরুন্নয়ন তাহা সার দ্বারা পূর্ণ করিয়া দেওয়া উচিত। পাইটের শুণেও যে ফলের উৎকৃষ্টতা সাধিত হইয়া থাকে, তাহাও যেন রোপণকর্তার মনে থাকে ।

ফাল্গুন মাসে বাতাবী লেবুর ফুল হইতে থাকে। সে সময় বৃক্ষের নিকটবর্তী স্থান ব্যাপিয়া যে এক প্রকার প্রাণ-মাতানে সৌরভ বিস্তার হইতে থাকে, কেবলমাত্র সেই সুগন্ধ উপভোগ করিয়াই বৃক্ষাদি রোপণের সমুদায় পরিশ্রম সফল বোধ হইয়া থাকে ।

গাছের চারার অবস্থায় উহা ভাল করিয়া বিরিয়া রাখা আবশ্যক, কারণ গোঁ এবং ছাগাদি পশু উহার প্রধান শত্রু ! কোন জন্তুতে একবার পাতা খাইলে সে ক্ষতি পূরণ করিতে বিস্তর সময় অপেক্ষা করিতে হয়। অতএব কোন প্রকার পশুতে যেন চারায় কোন প্রকার অপকার করিতে না পারে, তদ্বিষয়ে বিশেষ মনোযোগ রাখিতে হয় ।

কলম।—যোড় ও গুল দুই প্রকার কলম দ্বারা বাতাবী লেবুর চারা হইয়া থাকে। এই উভয়ের মধ্যে গুল কলমই অতি সহজ। মনে করিলে প্রত্যেক গৃহস্থই উহা বাঁধিতে পারেন। যে নিয়মে আশ্বের যোড় কলম বাঁধিতে হয় ইহারও যোড় বাঁধার পক্ষে সেই সকল বিষয়ে দৃষ্টি রাখিতে হয়।

তরলবাজ ও সেটে নামক যে এক প্রকার লেবু আছে, তাহার চারার সহিত বাতাবীর শাখায় যোড় বাঁধিলে সহজেই চারা প্রস্তুত হইয়া থাকে ।

পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে বীজের দোষে লেবু ভাল মন্দ হইয়া থাকে; সেইরূপ অনেক স্থানে আবার দেখিতে পাওয়া যায় কলম বাঁধা অর্থাৎ ডাল নির্বাচন দোষেও অনেক সময় গৃহস্থদিগকে বিফল মনোরথ হইতে হয়। কারণ যে কোন ফল বৃক্ষের সকল শাখা-জাত চারায় ভালরূপ ফল ফলে না। বিক্রেতাগণের নিকট হইতে যে ক্রেতাগণ অনেক সময় চারা খরিদ করিয়া প্রচারিত হইয়া থাকেন, তাহার কারণ আর কিছুই নহে, বিক্রেতাগণ শাখার প্রতি দৃষ্টি না করিয়া সহজে

যত চারা প্রস্তুত করিতে পারে, সেই দিকেই সমধিক দৃষ্টি রাখিয়া থাকে, সুতরাং তাহার। যে কোন শাখায় কলম বাঁধিয়াই চারা তৈয়ার করিয়া থাকে। যে সকল শাখা নীচের দিকে মুখ করিয়া থাকে, সেই সকল ডালে কলম বাঁধিলে ভালরূপ ফল ধরে না, কখন কখন আবার এরূপও দেখা গিয়াছে যে, এরূপ ডালে কলম বাঁধিয়া যে চারা প্রস্তুত করা হইয়াছে, সেই চারায় আদৌ ফল ধরে না। সকল বীজ-জাত চারায় যেমন ফল ধরে না, সেইরূপ সকল শাখা-জাত চারাতেও ফল ফলিতে দেখা যায় না। গাছের যে সকল শাখা বেশ তেজাল সেই সকল শাখায় কলম বাঁধাই উত্তম যুক্তি।

যে সকল গাছের ফল উৎকৃষ্ট বলিয়া বিশেষরূপ জানিত, সেই সকল গাছেই কলম বাঁধা উচিত। নতুবা উপযুক্ত মত পরিশ্রম করিয়া শেষে মন্দ ফল ফলিতে আরম্ভ করিলে তাহাতে মনে অত্যন্ত কষ্ট হয়। অতএব শেষে যাহাতে ক্ষুদ্র হইতে না হয় তদ্বিষয়ে দৃষ্টি রাখাই সুপরামর্শ।

বৎসরের মধ্যে আবার সকল সময়ে কলম বাঁধা চলে না। আষাঢ় ও শ্রাবণ প্রভৃতি বর্ষাকালে কলম বাঁধাই প্রশস্ত। অতীত গাছের ত্রায় লেবুর গুল কলম বাঁধিলে শীঘ্র শিকড় বাহির হয় না। কখন কখন কলমে চারা হইতে তিনি মাস পর্য্যন্তও সময় লাগিয়া থাকে।

যে শাখা সরল এবং নিতান্ত কচি নহে, এরূপ অবস্থা ডালে কলম বাঁধাই ভাল। কারণ নিতান্ত কোমল শাখায় কলম বাঁধিলে তৎপন্ন চারা শীঘ্র মরিয়া যাইবার সম্ভব। কিন্তু এরূপ শাখায় অল্প দিনের মধ্যে চারা উৎপন্ন হইতে দেখা যায়। আর কঠিন অর্থাৎ যে সকল শাখার কাঠ শক্ত, তাহাতে কলম বাঁধিলে শিকড় নির্গত হইতে বিলম্ব হইয়া থাকে। শাখার নিতান্ত গোড়ায় কলম না বাঁধিয়া তাহার যে স্থান হইতে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ফেঁকড়ী সকল নির্গত হইয়া থাকে, তাহার কিছু দূরে পশ্চাৎ দিকে কলম বাঁধাই প্রশস্ত।

শাখার স্থান নির্দিষ্ট করিয়া একখানি তীক্ষ্ণধার ছুরী দ্বারা ডালটী বেড়িয়া একটী গোল দাগ দিতে হইবে এবং তাহার ঠিক নীচে তিন

চারি আঙ্গুলের পর ঐরূপ আর একটি দাগ দিয়া প্রথম দাগ হইতে নিম্নের দাগ পর্যন্ত লম্বালম্বী ভাবে ছাল চিরিয়া দিতে হইবে। এখন সেই ছালখানি ধীরে ধীরে তুলিয়া ফেলা আবশ্যক ।

ডালের ছাল তোলা-হইলে সেই স্থানে গুল কলম বাঁধিতে হয়। এক দলা দো-আঁশ মাটির কাদা প্রস্তুত করিয়া তাহা দুই খণ্ড করতঃ দুই হাতে ধরিয়া পূর্বোক্ত ছাল তোলা স্থানে টিপিয়া দিয়া ঢাকিয়া দিতে হয়। পরে সেই মৃত্তিকা লেপিত স্থান চট্ কিয়া নারিকেলের ছোবড়া দ্বারা জড়াইয়া দিতে হয়। এই আবৃত মৃত্তিকা যাহাতে শুষ্ক না হইতে পারে, তজ্জন্ত তাহার উপর একটি ছিদ্রযুক্ত ভাঁড় জল পূর্ণ করিয়া রাখিলে ভাল হয়। কারণ ঐ ছিদ্র পথে সর্বদা জল বিন্দু বিন্দু পতিত হইয়া কলম স্থান রসাল রাখিতে পারে। যদি কলম বাঁধার পর সর্বদা বৃষ্টি হয়। তবে ঐরূপ নিয়মে জল দেওয়ার কোন আবশ্যক হয় না।

কলম বাঁধা স্থান হইতে শিকড় বাহির হইলে সেই শাখার বন্ধন স্থানের উত্তর মুখ কাটিয়া লইলেই কলম কাটা হইল।

এখন এই চারা কোন একটি স্থানে হাণোর দিয়া তথায় কিছুদিন রোপণ করিয়া রাখিলে ভাল হয়। পরে তথা হইতে তুলিয়া মনোনীত স্থানে রোপণ করিলেই কলমের চারা রোপণ করা হইল।

চারা রক্ষা ও পাইটাদি করিবার পূর্বে যে সকল নিয়ম উল্লেখ করা হইয়াছে, সেই সকল বিষয়ের প্রতি দৃষ্টি রাখিলেই আর কিছু করিতে হইবে না।

অন্ত্যেক গৃহস্থ বাড়ীতে দুই একটি বাতাবী লেবুর গাছ রোপিত হইলে ফলের জন্ত অস্ত্রের মুখ অপেক্ষা করিতে হয় না। আমরা চারা রোপনাদি সম্বন্ধে যে সকল বিষয় উল্লেখ করিলাম, তাহা পাঠ করিয়া সকল গৃহস্থই এই সুখাদ্য ফল বৃক্ষের উন্নতি সাধন করিতে সমর্থ হইবেন।

চিনি প্রস্তুত ।

গৃহস্থ ঘরে চিনি প্রায় নিত্য ব্যবহার্য্য দ্রব্য । যে দ্রব্য সর্ব্বদা ব্যবহারে লাগিয়া থাকে, তাহার জন্ত অস্ত্রের সুখাপেক্ষী না হইয়া প্রতি গৃহে উহার প্রস্তুত নিয়ম জানিয়া রাখা য়ে অতীব আবশ্যক, তাহা ঘোষ হর কাহাকেও বলিয়া বুঝাইয়া দিতে হয় না । এদেশে দুই প্রকার চিনি ব্যবহৃত হইয়া থাকে, অর্থাৎ ইক্ষু ও খজুর-জাত । এই উভয় প্রকার চিনির মধ্যে ইক্ষু চিনি হিন্দু-শাস্ত্রানুসারে পবিত্র । এজন্ত উহা দৈব-কার্য্যে ব্যবহৃত হইয়া থাকে ।

চিনি প্রস্তুতের নিয়ম অতি সহজ ; মনে করিলে প্রত্যেক গৃহেই উহা প্রস্তুত হইতে পারে । যে সময় নূতন গুড় উঠিয়া থাকে, সেই সময় যদি আবশ্যক পরিমাণ গুড় দ্বারা চিনি প্রস্তুত করিয়া রাখা যায়, তাহা হইলে সম্বৎসরের ব্যয় নির্বাহ হইতে পারে । এই প্রয়োজনীয় খাদ্য দ্রব্য যেক্রপ নিয়মে প্রস্তুত করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে ।

সকল প্রকার গুড় দ্বারা ভাল রকম চিনি প্রস্তুত হয় না । যে গুড়ে রসযুক্ত দানা থাকে, তাহাতেই উৎকৃষ্ট চিনি প্রস্তুত হয় । প্রথমে একটা পেতেতে সার গুড় ফেলিয়া রাখিতে হইবে । ঐ পেতেটির নিম্নে স্বতন্ত্র একটা গামলা অথবা তদৃশ কোন পাত্র রাখা আবশ্যক । কারণ পেতেতে গুড় ফেলিলে তাহার সেটে অর্থাৎ মাত ঝরিতে থাকে, সুতরাং পেতেটি যদি কোন পাত্রে বসান না যায়, তাহা হইলে ঐ সেটে মাটিতে পড়িয়া নষ্ট হইবার সম্ভব কিন্তু কোন পাত্রে স্থাপন করিলে সে অপচয় সহ্য করিতে হয় না । দুই তিন দিন পর্য্যন্ত এইরূপ অবস্থায় থাকিলে গুড় হইতে অধিক পরিমাণ সেটে নির্গত হইয়া থাকে । পরে ঐ পেতেহ সার গুড়ে জলের ছিটা দিয়া নদী এবং পুষ্করিণী প্রভৃতিতে যে এক প্রকার পাটা শেওলা (শৈবাল) জন্মিয়া থাকে, তাহা পেতের গুড়ের উপর চাপা দিয়া রাখিতে হয় । শেওলা চাপা গুড় আটদিনের মধ্যেই শাদা রঙের হইয়া উঠে । এই সময় একটা কথা মনে রাখা উচিত যে, পেতের উপরিভাগে

শুড় যেক্রপ শাদা রঙের হইয়া থাকে, ভিতরের শুড় সেক্রপ হয় না। একত্ৰ যে পর্য্যন্ত শাদা বর্ণ দেখা যায়, সেই পর্য্যন্ত চাঁচিয়া তুলিয়া লইতে হয়। পেতের শাদা শুড় চাঁচিয়া লইয়া অবশিষ্ট লাগী শুড়ের উপর পূর্ববৎ শেওলা চাপা দিয়া রাখিতে হইবে এবং নিয়মিত সময়ে অর্থাৎ পেতের উপরিভাগের শুড় শাদা হইলে তাহাও আবার চাঁচিয়া লইতে হইবে। এইরূপ নিয়মে সমস্ত পেতের শুড় চাঁচিয়া লইতে হয়।

পেতে হইতে প্রথমে যে শাদা শুড় তুলিয়া লওয়া হইয়া থাকে, তাহাতে উত্তম চিনি হয় না। একত্ৰ উহা দ্বারা পুনর্ব্বার ভাল চিনি তৈয়ার করিয়া লইতে হয়। অর্থাৎ সেই দোলো বা খাঁড় একখানি থোলাতে অল্প পরিমাণ জল মিশ্রিত করিয়া তাহা জ্বালে চড়াইতে হয় এবং মধ্যে মধ্যে তাহাতে জল মিশ্রিত ছুকের ছিটা মারিতে হয়। দুধ মিশ্রিত জল দিলে উহার যাবতীয় ময়লা অর্থাৎ গাদ উপরিভাগে ভাসিয়া উঠে কিন্তু প্রথম দিনের গাদ না কাটিয়া জ্বাল হইতে নামাইয়া অত্ৰ একটা দ্রব্য চাপা দিয়া রাখিতে হয়। প্রথম দিনের ন্যায় দ্বিতীয় দিনেও আবার উহা জ্বালে চড়াইয়া দুধ মিশ্রিত জলের ছিটা দিয়া গাদ তুলিতে হয়। যখন দেখা যাইবে সমুদায় গাদ তুলিয়া লওয়া হইয়াছে, তখন তাহা জ্বাল হইতে নামাইয়া থোলার গায়ে তাড়ু দ্বারা অনবরত নাড়িতে চাড়িতে হইবে, এইরূপ ভাবে নাড়া চাড়া করিলে তাহা কঠিন আকারে জমিয়া যাইবে।

একণে ঐ কঠিন দ্রব্য একখানি তক্তার উপর স্থাপন করিয়া নোড়া দ্বারা বাটিয়া লইলেই আমাদের ব্যবহার্য্য চিনি প্রস্তুত হইল।

চিনি প্রস্তুত এবং তাহা পরিষ্কৃত করিবার জন্ত ইংরাজেরা বিস্তর উন্নতি সাধন করিয়াছেন কিন্তু দুঃখের বিষয় আমাদের দেশে তাহার কোন চিহ্নই দেখা যায় না। আজকাল চিনি একটা প্রধান বাণিজ্য দ্রব্যের মধ্যে পরিগণিত হইয়া উঠিয়াছে। প্রতি বৎসর বিস্তর চিনি এদেশ হইতে ইয়ুরোপ প্রভৃতি পৃথিবীর অন্যান্য স্থানে প্রেরিত হইতে

আরম্ভ হইয়াছে। ফলতঃ চিনির যেকোন আদর, এই সময় হইতে উহার বাণিজ্যে প্রবৃত্ত হইলে বিলক্ষণ লাভের সম্ভব।

বিবিধ তত্ত্ব।

কালীর দাগ—কাপড়ে যদি কালির দাগ লাগে, তবে সেই স্থানে প্রথমে মোমবাতি কিম্বা চর্কি দ্বারা ঘষিয়া পরে মাঝানে ধোত কর, উহা উঠিয়া যাইবে।

কাষ্টিকির দাগ—কোন স্থানে কাষ্টিকির দাগ লাগিলে, সেই দাগের উপর যদি আইওডাইড অব্ পোটাশ্ গুলিয়া রগড়ান যায়, তবে তৎক্ষণাৎ তাহা উঠিয়া যাইবে।

বস্তাদিতে তৈলের দাগ—বস্তাদিতে তৈল, চর্কি কিম্বা আলকাতরা প্রভৃতি লাগিলে যে দাগ পড়ে, তাহা পরিষ্কার করিতে হইলে কতকগুলি লেবুর ফালি এবং একটা আখরোট ফলের পরিমাণ পোটাশ্ দুই পাউণ্ড জলে বেশ করিয়া গুলিয়া লও এবং উত্তমরূপে মিশ্রিত হইলে এক দিন রোজে রাখ। রোজে দেওয়ার পর উহা একখানি পরিষ্কৃত বস্ত্রে ছাঁকিয়া বোতলে পূর্ণ করতঃ তাহার মুখ ছিপিবদ্ধ করিয়া রাখ। বস্তাদিতে পূর্বেকৃত যে কোন প্রকার দাগ পড়িলে সেই দাগের উপর বোতলের আরক বেশ করিয়া মাখাটয়া রগড়াইতে থাক। অনন্তর তাহা জলে ধোত করিয়া দেখ, সমুদায় দাগ উঠিয়া গিয়াছে।

রেশমীবস্ত্রে দাগ—কিঞ্চিং স্ট্রিট্ অব্ টার্পেন্টাইন লইয়া যে কোন রেশমী বস্ত্রের দাগের উপর ঘষিতে থাক, দেখিবে অনতিবিলম্বে তাহা উঠিয়া যাইবে।

পিপীলিকা—কোন স্থানে পিপীলিকার অভ্যস্ত উৎপাত আরম্ভ হইলে তথায় খানিক কপূর ছড়াইয়া দেও, দেখিবে উহারা আপনা হইতেই পলায়ন করিবে।

আঠা—এরাকট জলে গুলিয়া আগুণে সিদ্ধ করিয়া লও, উত্তম

আঠা প্রস্তুত হইবে, তদ্বারা কাগজাদি আঁটিবার পক্ষে বিশেষ সুবিধা হইবে ।

পটা দ্রব্য—কোন স্থানে আবর্জ্যনাদি পচিয়া অথবা অন্ত কোন গলিত দ্রব্যের দুর্গন্ধ উঠিতে আরম্ভ হইলে তাহাতে কয়লা মিশাইয়া রাখিলে সমুদায় দুর্গন্ধ নিবারিত হইয়া থাকে ; কারণ কয়লার এমন একটা অসাধারণ গুণ আছে যে, বিকৃত দ্রব্যাদির বাষ্প আকর্ষণ করিয়া লইতে পারে এবং তাহা হইতে আর উহা বহির্গত হইতে পারে না । এজন্য কয়লা দ্বারা আমাদের স্বাস্থ্যের বিশেষ উপকার হইয়া থাকে । পানীয় জল পরিষ্করণে, পীড়িত ব্যক্তির গহস্থিত বায়ুর দূষিত শক্তি নষ্ট করিতে করিয়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে । মুখে দুর্গন্ধ হইলে নিত্য কয়লার গুঁড়া দ্বারা দন্ত মার্জনা করিলে তাহা নিবারিত হয় । কয়লা দ্বারা যে সকল উপকার হইয়া থাকে, সময়ান্তরে তাহার সবিশেষ উল্লেখ করিব ইচ্ছা আছে ।

• কৃষি ব্যবহার্য্য সার ।

আহার গ্রহণ করিলে যেরূপ প্রাণি-শরীর বর্দ্ধিত হইয়া থাকে, উদ্ভিদ-দিগের পক্ষেও সেইরূপ সার আহ্বারের দ্বারা তাহাদিগের পুষ্টি-সাধন এবং ফল ও ফলের উন্নতি-বর্দ্ধন করিয়া থাকে । এস্থলে আর একটা কথাও মনে রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ যে সকল পদার্থে আমাদের শরীর নিখিঁত অর্থাৎ রক্ত, মাংস, মেদ এবং অস্থি প্রভৃতি শরীরের ত্রিন্ন ত্রিন্ন অংশে যে সকল উপাদান বর্তমান, সেই সকল উপাদানের সহায়তা করিতে সমর্থ, এরূপ আহ্বারই যেমন জীব শরীরে উপকার হইয়া থাকে এবং তাহার অভাব-জনক কোন খাদ্য আহ্বার করিলে যেমন শরীর রক্ষা হয় না ; সেইরূপ যে সকল উদ্ভিদের চাষ আবাদ করিতে হয়, কোন্ কোন্ পদার্থ দ্বারা তাহাদিগের পুষ্টি-সাধন হইতে পারে, তাহা না জানিয়া চাষ আবাদ করিলে কোন ফল দর্শন না । এদেশে কৃষি কার্য্যের যে, দিন দিন অধোগতি সাধিত হইতেছে সার নির্দোষন এবং তাহার উপযুক্ততার অভাব যে, একটা প্রত্যক্ষ কারণ

কোন গৃহস্থই তাহার প্রতি দৃষ্টি না করিয়া চাষে প্রবৃত্ত হইয়া থাকেন, সুতরাং পর্যাপ্ত পরিমাণ যে ফসলাদিতে বর্জিত হইয়া থাকেন, তাহাতে আর আশ্চর্যের বিষয় কি !

সারের মধ্যে কোন্ কোন্ পদার্থ বর্তমান থাকে এবং সেই সেই পদার্থ কোন্ কোন্ উদ্ভিদের ত্রীবৃদ্ধি হইতে পারে, তাহা পাঠ করিয়া বোধ হয় এদেশের অনেকেই হাত করিয়া উঠিবেন কিন্তু তাহারা যদি ইয়ুরোপ এবং আমেরিকার কৃষি-কার্যের বিবরণ পাঠ করেন, তাহা হইলে বিলক্ষণ বুঝিতে পারেন, সারের গুণাগুণ পরীক্ষা ও তাহার ব্যবহার দ্বারা তাহারা কৃষি-কার্যের সুপাঙ্কর উপস্থিত করিয়াছেন। সে যাহা হউক আমরা পাঠকবর্গকে সার সম্বন্ধে স্থূল স্থূল জ্ঞাতব্য বিষয় অবগত করাইয়া প্রস্তাব শেষ করিব।

অম্লজান, বসকারজান, আকরিকাক্স ও জলজান এবং পটাশ, ম্যাগনেশিয়া, কস্ফরস্, চূণ প্রভৃতি কতকগুলি বারবীর এবং কতকগুলি পার্শ্ব পদার্থ গ্রহণ করিয়া উদ্ভিদ শরীর পরিপোষণ হইয়া থাকে। এই উভয়ের মধ্যে বারবীর পদার্থ (সার) তাহারা প্রয়োজন মত বায়ু হইতে গ্রহণ করিয়া থাকে এবং পার্শ্ব সার মূল দ্বারা গ্রহণ করিয়া সর্কাসের পুষ্টি-সাধন করতঃ ফুল, ফল, পত্র প্রভৃতি দ্বারা আমাদের উপকার সাধন করে। ফলকথা সহজে এইরূপ মনে রাখা উচিত, গাভীকে যেমন তাহার দেহের পুষ্টি-জনক খাদ্য প্রদান করিলে দুধ পাওয়া যায়। সেইরূপ যে কোন উদ্ভিদ হইতে ফল শস্যাদি গ্রহণ করিতে হইলে তাহার দেহের উপযুক্ত খাদ্য বা সার ক্ষেত্রে প্রদান না করিলে তাহা লাভ করিতে পারা যায় না।

নানাবিধ দ্রব্য হইতেই উদ্ভিদগণের পোষণোপযোগী সার প্রাপ্ত হওয়া যায়। আগ্নেয়গিরির মল-মুত্র, অস্থি ও বোদ মাটি এবং খৈল প্রভৃতি অনেক প্রকার সার ব্যবহার হইয়া থাকে। সচরাচর উদ্ভিদ-সার, আগ্নেয়-সার এবং মিশ্র-সার এই ত্রিবিধ সার ব্যবহার করিতে হয়। এই সকল ভিন্ন ভিন্ন সার যে, আবার উদ্ভিদগণের প্রকৃতি অনুসারে ক্ষেত্রে প্রদান করিয়া চাষ আবাদ করিতে হয়, পূর্বেই তাহা উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এখানে তাহার পুনরুল্লেখ করা অনাবশ্যক।

কোন কোন সার কি প্রকার নিয়মে প্রস্তুত করিতে হয়, তদ্বিবরণ পাঠ করা প্রত্যেক গৃহস্থেরই পক্ষে অত্যন্ত প্রয়োজনীয়। এক্ষণে আমরা স্থানান্তরে তাহার আনুপূর্বিক বৃত্তান্ত উল্লেখ করিয়া সাধারণের গোচর করিব।

বঙ্গে একান্নবর্তী পরিবার ।

বাঙ্গালীর গৃহস্থালী পাঁচটা লইয়া ; পাঁচটিতে মিলিয়া মিশিয়া—পাঁচ প্রাণে এক প্রাণ হইয়া বাঙ্গালীর এই একান্নবর্তী পরিবার—দুঃখের সংসারে সুখের প্রস্রবণ—সন্তোষের উৎস উৎপাদন করে। যখন নিরাশার জীবনে চতুর্দিক অন্ধকারময় বোধ হয়—যখন বিবাদের প্রচণ্ড আঘাতে হৃৎপিণ্ড চূর্ণ বিচূর্ণ হইয়া দৈনন্দিক শূন্য দেখিতে হয়—যখন অধিল বিশ্বের মধ্যে “আহা” কথাটী বলিবার জন্ত কাহাকেও খুজিয়া মিলে না—তখন এই পরিবারমণ্ডলী সেই হৃৎপিণ্ড হৃদয়কে উর্দ্ধে উত্তোলন করে—তাহার সজীবতা প্রদান করে।

তাই বলি—একান্নবর্তী পরিবার বঙ্গ গৃহে বড়ই আদরের জিনিষ। সেই জন্যই পাশ্চাত্য অর্থবাদ যতই বলুক না কেন, আমরা অন্তরের সহিত এ স্রীতির অনুরক্ত।

তবে ইহার অপব্যহারের নিমিত্ত আজিকালি কেহ কেহ ইহাকে দৃষ্টির চক্ষে দেখিতেছেন। কিরূপ একান্নবর্তী পরিবার প্রার্থনীয়—কি উপায়ে তাহা সংগঠিত হইতে পারে এবং তাহাতে ক্ষতি বৃদ্ধিই বা কি—গৃহস্থালীর এই সকল অতি গুরুতর কথাই আলোচনায় আমরা প্রবৃত্ত হইব।

সহবাস মানব প্রকৃতির মুখ্য অঙ্গ। সহবাস ব্যতীত মানব সমাজ কিছুতেই সজীব থাকিতে পারে না—লোকসংস্রুতি কণকালের নিমিত্তও টিকিতে পারে না। ইহা সামাজিক সংগঠন (Manufacture) নহে ; ইহা প্রাকৃতিক উৎপত্তি (Growth)। জগতের আদিম অবস্থা হইতে আজ পর্যন্ত অতি অল্প মানব-প্রকৃতি এ বন্ধন হইতে মুক্ত হইয়াছে। এই প্রকৃতি হইতে বাঙ্গালীর সংসার আজি একান্নবর্তী পরিবারে পরিণত হইয়াছে।

নিরপেক্ষ ভাবে সমালোচনা করিলে ইহাতে যে, কেবলমাত্র শুভই দৃষ্ট

হইবে এমনত নহে। ইহাতে দোষও আছে, তবে দোষ অপেক্ষা গুণের ভাগটা যে বেশী তাহাতে অণুমাত্র সন্দেহ নাই। কিন্তু জগতের কৈন বস্তুই বা ভাল মন্দে জড়িত নয়?—

প্রথমতঃ ইহাকে ধরিয়৷ আমাদের মানসিক প্রকৃতির বিচার করা যাউক। বঙ্গগৃহে পাঁচটাতে একজ সহবাস দ্বারা স্নেহ, ভক্তি, ভালবাসা এবং সহানুভূতি প্রভৃতি আমাদের প্রকৃতির উচ্চ বৃত্তিসমূহ সর্বিশেষ পরিচালিত হয় এবং উন্নত ভাব প্রাপ্ত হয়, ইহা অতি সহজ কথা ও সকলেই বলিয়া থাকেন। সুতরাং অধিক করিয়া সে মোটা কথা বুঝাইবার চেষ্টা বিড়ম্বনা মাত্র। ভদ্রীর ত্যাগ স্বীকার—ভাৰ্য্যার পরিচর্যা—জননীৰ স্নেহ-জন্মিত উৎকর্ষা,— জনকের অভয়দান—ভ্রাতার উৎসাহ বর্দ্ধন আমরা এতোক্রে প্রত্যহ উপ-ভোগ কবিতোছি। হিন্দু পরিবারের এই সমস্ত মহৎ ভাব দেখিয়াই জটিল ইউরোপীয় মহোদয় পণ্ডিত একদিন আক্ষেপ করিয়া বলিয়াছিলেন “কেন আমি হিন্দুগৃহে জন্মিলাম না।” অধিক কি আমরা একথাও মুক্তকণ্ঠে বলিতে কিছুমাত্র কুণ্ঠিত নই যে, কোম্‌তের (Religion of humanity) নরপূজা ধর্মের বিধান, আদর্শ হিন্দু পরিবারের অপেক্ষা উচ্চতরের পদার্থ নহে একথা অতি রঞ্জিত নহে। আমাদের রামায়ণ মহাভারতে যে ভাবে নর চরিত্রের বিষয় বর্ণিত হইয়াছে—ও যেক্রমে পারিবারিক সহানুভূতি প্রদর্শিত হইয়াছে, বলিতে কি পাশ্চাত্য করনায় সে ভাব উদয় হইতে পারে না এবং আমরা তাহা যতদূর হৃদয়ঙ্গম করিতে সমর্থ—হাজার সত্য হউক, না কেন—পৃথিবীর অস্ত্র কোন জাতি সেভাবে ততদূর উচ্চভাবে ধারণা করিতে সক্ষম নহে। তাই বলিয়া “ভারতেই যে মানব প্রকৃতির পূর্ণ বিকাশ সম্ভব” একথা আমরা বলিতেছি না। তবে আমাদের দৃঢ় বিশ্বাস এই যে, বঙ্গের আদর্শ একান্তবর্তী পরিবার অনেক সভ্য জাতির সংসার অপেক্ষা শ্রেষ্ঠ; এবং বঙ্গে পারিবারিক সহানুভূতি যতদূর সম্ভব, তাহা অস্ত্র কোন স্থানে সম্ভব কিনা সে বিষয়ে আমরা বিলক্ষণ সন্দেহান জাছি।

এই পারিবারিক সহানুভূতি হইতে মাত্র যে সংসার-বিধান বা মানব ধর্ম-শাস্ত্র উৎপন্ন হইয়াছে (অস্ত্র বিধানগুলি যেরূপ হউক না কেন) তাহা

পাশ্চাত্য ব্যবস্থা প্রণালী অপেক্ষা অতি উচ্চতরের গদ্যার্থ। সমদর্শীতা এবং সহানুভূতির স্বভাব প্রত্যাকাষ্ঠা আমাদের বিধানে দেখিতে পাওয়া যায়, তেমনি আবার একদেশদর্শীতার চূড়ান্ত প্রমাণ পাশ্চাত্য নীতিতে জাজল্যমান। একটা সাধারণ কথায় উদাহরণ স্বরূপ উত্তরাধিকার স্বত্তের বিষয় বিবেচনা করুন। অবশ্য অর্থবাদের (Economic coven) কথা ছাড়িয়া দিলে বিষয় বিভাগে এরূপ সমদর্শীতা অতি অল্প জাতির শাস্ত্রেই পাওয়া যায়।

এখন কথা এই যে, এরূপ ভালবাসা, সহানুভূতি ও মমতার মধ্যে কি দ্বন্দ্ব-বিদারক বিচ্ছেদ, মানিময় বিবাদ নাই? যদি থাকে তবে এরূপ একত্র সহবাসকে এত বাড়াইবার প্রয়োজন কি?—কিন্তু বিচ্ছেদ বিষয়াদ নাই কোথায়?—ইতিহাসে প্রচুর প্রমাণ পাওয়া যায় যে, একত্র সহবাস ও তৎকালিত সহানুভূতি সত্ত্বেও অনেক রাজসংসারে পিতা পুত্র—ভ্রাতা ভগ্নিতে অতি ভয়ঙ্কর ভয়ঙ্কর বিবাদ সংঘটন হইয়াছে। তথাপি এই একান্তবর্তী পরিবারে আমরা ভালবাসার বিলক্ষণ আঁটাআঁটি দেখি এবং হিন্দু সংসারের চক্ষে বোধ হয় যেন এ বন্ধন ছিন্ন করা বড় একটা সহজ ব্যাপার নহে। এরূপ দুর্ঘটনা সত্ত্বেও আমরা বলিব যে, এই একান্তবর্তী পরিবারে সহবাস-জনিত ভালবাসার বিলক্ষণ আধিক্য আছে এবং সেই জন্তই অন্যথাপি ভ্রাতাগণের মধ্যে সংসার পৃথক হইলে আমাদের চক্ষে তাহা বড়ই বিষদৃশ বোধ হয়। কিন্তু পাশ্চাত্য অনেক জাতির মধ্যে এরূপ ভ্রাতাগণের পার্থক্য ত দূরের কথা—এমন কি সচরাচর পিতা পুত্রের মধ্যে যে, সংসার পার্থক্য ঘটিলে থাকে তাহাও কিছুমাত্র দৃশ্য নহে। স্বীকার করিলাম এরূপ সাংসারিক পার্থক্যে আর্থিক উন্নতি সাধিত হইতে পারে—স্বীকার করিলাম এরূপ পার্থক্যে অনেক সময় সাংসারিক ব্যাপারে স্বচ্ছন্দতা সংঘটিত হইতেও পারে কিন্তু তাই বলিয়া এরূপ নীতি কি পাশব স্বর্ষ বলিয়া গণ্য করিতে হইবে না?—সন্তান উপযুক্ত হইল—খুঁটিয়া খাইতে শিখিল—আর উড়িয়া পলাইয়া গেল—পশ্চাতে বৃদ্ধ পিতা মাতার দিকে ফিরিয়া চাহিল না—তাহাদের জন্য ভাবিল না, এমন কি তাহাদের সহিত যে পূর্বের কিছুমাত্র সম্বন্ধ ছিল, এমন ভাবও মনে স্থান দিল

না। নিজ হৃদয়ের নিকট জিজ্ঞাসা করিয়া দেখুন—বীর অহুত্বিত্ত কার উদ্ঘাটন করিয়া দেখুন—একটি নীতিকোশ পাশব ধর্ম বলিবে কি না? যদি এই সংসারকোষের সুখ-ভোগের নিমিত্ত আসিয়া থাকে, আর যদি দয়া, তপস্বি, হেতু প্রভৃতি উচ্চ বৃত্তি সমূহের পরিচালনে সেই সুখের উদ্ভব হইতে পারে—এই সার্বভৌম স্বর্গীয় মত বহিঃ প্রিক হইবে, তবে সকলেই ইহা একবাক্যে স্বীকার করিতে হইবে, একজন বিশেষ পুত্র পক্ষেই শোভা পায় এবং এক কণার ইচ্ছা সম্পূর্ণরূপে পাশব ধর্ম।

সন্তান স্ত্রীত্ব গৃহ হইতে আরম্ভ করিয়া প্রাণ বরন পণ্ডিত পিতা মাতার পাগনে, ভ্রাতা ভগ্নীর মেহে ও পরিবারস্থ অপরাধীর বর্ণের আধারে সর্বাঙ্গীভূত হইল। এখন তাহার হৃদয়ের ক্ষেত্র, মনস্তাত্ত্বিক মানব প্রকৃতির মুখ্য বৃত্তি সমূহের পূর্ণ বিকসিত অবস্থা। এ অবস্থায় যদি তাহাকে জগৎজের ভালবাসার প্রেত পদার্থ হইতে বিচ্ছিন্ন করিতে হয়, তাহার জংপিণ্ড হইতে সমুদায় কোমল বৃত্তিগুলি নিশ্চরই সমূহ উৎপাদিত হয় এবং পরিণামে হৃদয় উদ্যানে সেগুলির সজীবতা বড়ই বিড়ম্বনাময় হইয়া উঠে। তখন তাহার নীচ স্বার্থপর বৃত্তিগুলি পরিপূর্ণ হইতে থাকে। তখন সে কেবল আপনার প্রাণ, আপনার দেহের জন্তই ব্যগ্র—পরের দিকে ক্রিয়াক্ষমতা চাহিত যেন নারাজ।

এইরূপ বিবেচনা করিয়া লক্ষ্য করিয়া দেখিলে বুঝা যাইবে যে, একান্তরমূর্ত্তী পরিবারের বিচ্ছিন্নতার জীবনের মধ্যম পাবিবারিক সহায়ত্বিত্ত্ব নষ্ট হইয়া যায় এবং জংপরিবর্তে নীরস স্বার্থপরতা হৃদয়কে অধিকার করে।*

* তাহার পরিচয় স্থল বাঙ্গালীর জীবন ও ইংরাজের জীবন।

সাধারণতঃ আমাদের নীচ স্বার্থপর বলিয়া গালি দিয়া থাকে। আমরা সন্দেহে বলি যে, সে গালির উপযুক্ত পাত্র ইংরাজ—বাঙ্গালী কখনই নহে। বাঙ্গালীর আভিযা—বাঙ্গালীর কল্পনা-প্রণোদিত মান—ইংরাজের স্বার্থ-ময় সামাজিকতা (Socialism) অপেক্ষা সর্বব্যাপী এবং স্বর্গীয় ভাব পূর্ণ। এ কথা যে নিরপেক্ষ ইংরাজ আমাদের রীতি নীতি অধ্যয়ন করিয়াছেন, তাহাকেই স্বীকার করিতে হইয়াছে।

কিন্তু দূর্ভাগ্যবশতঃ আমাদের দেশে আজিকালি এই একান্তবর্তী পরিবারের বন্ধন শিথিল হইবার উপক্রম হইতেছে এবং তাই পাশ্চাত্য সম্ভোগবাদের (Utilitarianism) ভাব সমাজের মধ্যে উঁকি খুঁকি মারিতে আরম্ভ করিয়াছে। ভুলসা করি কৃতবিদ্যা যুবকগণ এই পাশ্চাত্য নীতি বিশ্লষণ সাবধানে বিচার করিবেন।

অন্তর্গত বিবেচ্য এই যে, কিরূপ একান্তবর্তী পরিবার আদরের পদার্থ। অবশ্য আমরা এক্ষেপে আদর্শ একান্তবর্তী পরিবারের বিশাল চিত্র প্রকটিত করিতে পারিব না। তবে স্থূলভাবে তৎসম্বন্ধে শুটিকরক প্রধান প্রধান কথা উল্লেখ করিবারমাত্র।

একান্তবর্তী পরিবার আমাদের দেশে অনেক সময় বনিষ্ঠ জাঁতিবর্ণ ব্যক্তিগত অপর কুটুম্বগণ কর্তৃকও গঠিত হয়। এরূপ স্থলে দেখা যায় যে, কিশোর নিকটবর্তী মাতুল, পিতৃব্য ব্যতীত বহুদূরের শ্যালক, ভগ্নীপতি প্রভৃতি যুটীয়া অনেক সক্ষম আত্মীয়ের স্বন্ধে ভারার্পণ করে। তাহাতে যে, একান্তবর্তী পরিবারের বিষময় ফল ফলিবে তাহার আর সন্দেহ কি? এরূপ অবস্থার গলগ্রহগণ অক্ষম না হইয়াও আলস্তের জীতদাস—সুতরাং সমাজের কণ্টক এবং প্রধানভঃ এই কারণেই একান্তবর্তী পরিবারের প্রতি ঘৃণা জন্মিতেছে। ইহাতে আরও বিশেষ ক্ষতি এই যে, এরূপ অল্পসংখ্যক গলগ্রহগণ সমুদ্রত পরিবারমণ্ডলী প্রায়ই এক কর্তা বা কর্ত্রীর হৃদয়ঙ্গম কর্তৃক ধাক্কিতে পারে না এবং তাহা কখনই সম্ভবও নহে। তাহাতে ফল এই হয় যে, এরূপ পরিবারমণ্ডলী অশান্তির নিকেতন হইয়া উঠে।

তাই আমরা বলি যে, একান্তবর্তী পরিবার এরূপ সংখ্যার ও এরূপ ব্যক্তিবর্গে গঠিত হওয়া আবশ্যক যে, সময় অল্পসারে বাহ্যিক ভার বহনে বা বাহ্যিক ব্যবস্থা সংস্থাপনে কর্তার বা পারিবারিক কোন ব্যক্তির কমতার অতিরিক্ত না হয়; এবং কেন পারিবারিক প্রত্যেক ব্যক্তি গলগ্রহ না হইয়া (কর্মকর্ম) জীবন পরিচালনা করিতে পারে। এরূপ একান্তবর্তী পরিবারে আলস্তের আশ্রয় দেওয়া হইবে না—বা এরূপ

পরিবার কখনই অশান্তির আলয় হইবে না। তাহা হইলে তদ্বারা ব্যক্তি-
গত সুখ বিলক্ষণ সংঘটিত হইবে। পাঠক যনে করিবেন না যে, আমরা
পাশ্চাত্য ছাড়া অবলম্বন করিয়া যুরোপীয় নীতিকে যুগাইয়া কিরাইরা
পোষকতা করিতেছি।—তাহা কখনই নহে। তবে আমাদের কথার
বিশেষ অর্থ এই যে, বহু পরিবারের অনেক সময় যে অনর্থ ঘটে উপরি উক্ত
আদর্শে একান্তবর্তী পরিবার গঠিত হইলে সে সমুদায় অনর্থ হইতে মুক্তি
পাওয়া যায়—অঞ্চল তত্ত্বানিত সুফল অনায়াসে সম্ভোগ করিতে পারা যায়।

পূর্বেই বলিয়াছি যে, একান্তবর্তী পরিবারের বিশেষ লাভ—ব্যক্তিগত
সহায়ত্বভিত্তির অবাধ এবং পর্যাপ্ত পরিচালনা। যেখানে এই সহায়ত্বভিত্তির
এই অন্তঃরের আন্তঃসলসল—মমতার অভাব সেখানে একান্তবর্তী পরিবারের
উদ্দেশ্য নিফল। অতএব পারিবারিক প্রত্যেক ব্যক্তির ক্ষমতা এই ব্যক্তি
সর্বক্ষণ আগ্রহ প্রকাশ্য আবেশক—এবং প্রত্যেক ব্যক্তির অন্তরে এই কৃষ্ণির
পরিচালনা নিত্যই প্রয়োজনীয়; এই তত্ত্বটি পারিবারিক প্রত্যেক-ব্যক্তির
শিক্ষার বিষয়। যতদিন না বাঙ্গালীর গৃহে এই শিক্ষার প্রচার হইবে,
ততদিন পর্যন্ত একান্তবর্তী পরিবারে উচ্চ লাভের প্রত্যাশা নাই।
সকল শিক্ষিত বাঙ্গালীর এ বিষয়ে মনোযোগ দেওয়া বিশেষ আবশ্যকীয়
হইরাছে। জাতীয় চরিত্র এবং সামাজিক উন্নতির মূল ব্যক্তিগত উন্নতি—
এই ব্যক্তিগত উন্নতির ভিত্তি আমাদের পক্ষে পারিবারিক নীতিতে
সংস্থিত।

অগ্নি-দাহ।

যত প্রকার বিপদ আছে, তন্মধ্যে অগ্নি-দাহ যে একটি প্রধান বিপদ,
তাহা কেনা যুক্ত-কণ্ঠে স্বীকার করিবেন?—অন্ত কোন প্রকার বিপদ
উপস্থিত হইলে তাহা নিবারণ চেষ্টা করিতে সময় পাওয়া যায় কিন্তু এই
বিপদ একগু ভয়ানক যে, কাহারও সাহায্য লইবার অবসর লাভ ঘটয়া উঠে
না; বরং সাহায্য লাভের চেষ্টা করিতে যে সময় প্রতীক্ষা করিতে হয়, সেই

সময় মধ্যে বিপদ আরও ত্বরকর মুক্তি বারণ করিয়া থাকে । এক্ষণে কাহারও বজ্রাদিতে আশ্রয় লাগিলে, সে সময় অন্তের সাহায্য লইবার অল্প ছুটির বাতরা কিরা অশেষক আ করিয়া তৎক্ষণাৎ তাহা নিবারণ চেষ্টা করাই সং-পরামর্শ । পরিধান বজ্রাদিতে আশ্রয় লাগিলে বসি সেখানে কবল, সতরঞ্চ এবং বেগুন, কাঁচা প্রভৃতি কোন মোটা জিনিস থাকে, তবে তৎক্ষণাৎ তাহার মধ্যে যে কোন জিনিস গারে জড়াইরা মাটিতে গড়াইলে আশ্রয় নিবিয়া যায় । ঐ সকলের অভাব হইলে অমনি মাটিতে গড়াইলেও শরীরের চাপে অগ্নি বিকীরণ হইতে পারে এবং কাহার সাহায্য লইতে হইলে এইরূপ গড়াইতে গড়াইতে চীৎকার করিয়া লোক ডাকা সংপরামর্শ । পরিধান ধুতি প্রভৃতি হইলে তৎক্ষণাৎ তাহা ছাড়িয়া উলঙ্গ হওয়াই ভাল । জামা প্রভৃতি মাটি কাপড় হইলে হয় ছিঁড়িয়া বা হয় পূর্ববৎরূপে ভূমিতে গড়াপড়ি দেওয়াই কুদ্রির কাজ । আর নিকটে যদি জল থাকে, তবে তদ্বারা নির্কাপের চেষ্টা পাওয়াও মন্দ নহে ।

আশ্রয় এরূপ ভয়ানক বিপদ যে, পোড়ার সময় এক মুহূর্ত্তও সময় নষ্ট করিতে দেওয়া উচিত নহে । কারণ আশ্রয় ঐ সময় মধ্যেই গুরুতর বিপদ করিয়া তুলে । অসাবধানতা বশতঃই যে অধিকাংশ স্থলে এই বিপদ ঘটয়া থাকে, তাহা বোধ হয়, অনেকেই স্বীকার করিবেন । আশ্রয় সঙ্করারী বিজ্ঞাপনীভে দেখিতে পাইরা থাকি, প্রদেশে শীতকালে অধিকাংশ শিশু আশ্রয়ে গুড়িয়া মৃত্যু-মুখে পতিত হইরা থাকে । অতএব শীতকালে যেমন সর্বদা শিশুদিগের গাত্রবস্ত্র দ্বারা জড়িত থাকে, সেই সঙ্গে গৃহ মধ্যে এরূপ নিয়মে আশ্রয় রাখা উচিত, তদ্বারা যেন কোন প্রকার বিপদ আক্রমণ করিতে না পারে ।

সূচরাকর দেখা যায়, ছুই প্রকার নিয়মে আমাদের শরীর গুড়িয়া থাকে । প্রথম সময় জল, চুই প্রভৃতি সরস দ্রব্যের স্পর্শ বা আঘাতে এবং আশ্রয় আসিলে । এই উভয় প্রকার দাহের মধ্যে আশ্রয়ে পোড়াই নিত্যই সাংঘাতিক । আশ্রয়ে গুড়িলেই যে, সকল স্থলে তাহা সাংঘাতিক হয় তাহা মনে করা উচিত নহে । আশ্রয়ে পোড়া প্রধীনভাঃ তিনভাগে বিভক্ত । তন্মধ্যে প্রথম অবস্থা

বা প্রথম প্রকারের পোড়া চর্কের উপর অল্পমাত্র আঁচ বাগিয়া উহা গুল হইয়া উঠে, তদ্বারা কোঁড়া হয় না এবং কোন প্রকার বিপদেরও আশঙ্কা থাকে না, সামান্য আলো হইয়া নিস্কারিত হইয়া উঠে। দ্বিতীয় অবস্থা বা দ্বিতীয় প্রকার, উহার বস্ত্রণা অধিক হয় এবং দৃষ্টি হানে কোঁড়া হইয়া উঠে। তৃতীয় অবস্থা বা তৃতীয় প্রকার দৃষ্টি স্থান তলতলে হয় এবং কখন কখন তৎক্ষণাৎ সেই স্থানের মাংস উঠিয়া ভরানক দৃষ্টি উপস্থিত করে, কখন কখন আবার দৃষ্টির অল্পকণ পরেও মাংস খসিয়া পড়িয়া থাকে। এইরূপ পোড়াই ভয়ের বিষয়। যে পোড়াতে কোঁড়া উঠে অর্থাৎ দ্বিতীয় প্রকার পোড়াতে বস্ত্রণা অধিক কিন্তু বিপদের আশঙ্কা অল্প। তৃতীয় অবস্থার পোড়া দৃষ্টিও ভরানক কিন্তু শরীরের সকল স্থানে উহা সাংঘাতিক নহে। হস্ত পাদাদি পুড়িলে তত ভরানক নহে কিন্তু গলা হইতে কোটদেশ পর্য্যন্ত ক্রোমর পর্য্যন্ত তৃতীয় প্রকার পোড়া—বার-পর-নাই ভয়ের বিষয়। আবার কোন কোন স্থানে দেখা যায় যে, অধিক স্থান ব্যাপিয়া পোড়া অপেক্ষা অল্প স্থানে যদি গভীর গর্ভ হইয়া দৃষ্টি হয়, তবে তাহা সর্বাপেক্ষা আশঙ্কার বিষয়।

যে কোন অবস্থার পোড়ার চিকিৎসা সৰ্ব্বদা একটা বিধের প্রতি বিশেষ অনুরোধ রাখিতে হয়, অর্থাৎ দৃষ্টি স্থানে যেন বাতাস লাগিতে না পার, তাহার উপায় করাই প্রধান চিকিৎসা। কিন্তু উপায় অবলম্বন করিলে পোড়ার স্ফটিকিংসা হইতে পারে। এস্থলে তাহার স্থল স্থল বস্ত্রাচ্ছাদিত হইতেছে।

পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে যে, প্রথম প্রকারের পোড়া তত ভরানক নহে কিন্তু তাই বলিয়া চিকিৎসার তচ্ছিন্নতা করা অকর্তব্য। একতর পোড়া স্থানের উপর আস্তে আস্তে ময়দা ছড়াইয়া দেওয়া আবশ্যিক। কেহ কেহ আবার শিলা ফুলতলে রাখিয়া রাখিয়া তাহার উপরও সিন্দা মাড়েন। ফলতঃ বাহ্যতে ঐ স্থানে বাতাস লাগিতে না পার, তাহার ব্যবস্থা কুরাই উচিত। এই পোড়াতে কোন কোন স্থলে দৃষ্টি স্থানের স্থান উঠিয়া যায়, আবার কোন কোন স্থানে আরো স্থান উঠে না। সর্বদা লাল হইয়া থাকে। যে কোন পোড়ার অবস্থার আর হইলে বিজ্ঞ চিকিৎসকের

পরামর্শানুসারে চিকিৎসা করা কর্তব্য এবং আবশ্যক বুঝিয়া মুহু বিবেচক জোলাপ দিলে ভাল হয়।

দ্বিতীয় অবস্থার পোড়া যে, অপেক্ষাকৃত কঠিন, তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। এমন্য বিশেষ সতর্কতার সহিত চিকিৎসার মন দিতে হয়। দগ্ধ স্থানের উপর বস্ত্রাদি কিছু লাগিয়া থাকিলে অতি সাবধানে তাহা যত শীঘ্র পার তুলিয়া ফেলিবে। উহা এরূপ সাবধানতার সহিত তুলিতে হইবে, কোন্স। যেন কোন ক্রমে গলিয়া না যায়। কারণ কোন্সার চামড়া যারা ভিতরের ক্ষত যেরূপ আচ্ছাদিত থাকে, অন্য কোন পদার্থ দ্বারা সেক্ষপে আচ্ছাদিত হয় না। এমন্য অতি সাবধানে ফোন্সার প্রতি দৃষ্টি রাখিতে হয়। যদি কোন্স। গালা আবশ্যক বোধ হয়, তাহা হইলে উহার উপায় হিঙ্গাদি না করিয়া তাহার নিম্নে স্থচী কিবা স্থল ছুরীর অগ্রভাগ দ্বারা ছিদ্র করিয়া জল বাহির করিলে চলিতে পারে। দগ্ধ স্থানে সমস্তাগ চূর্ণের জল ও মসিনা তদুত্তমভাবে নারিকেল তৈল একত্র ফেণাইয়া, তদ্বারা এক খণ্ড নেকড়া ভিষাইয়া ঐ স্থানে দেওয়া উচিত এবং উহা শুষ্ক হইলে তাহার উপর ঐ তৈল মিশ্রিত জল মধ্যে মধ্যে দেওয়া আবশ্যক। তিন চারি মণ্টা পর্যন্ত দগ্ধ স্থান শীতল জলে ডুবাইয়া অথবা উহার পটি দিলেও জ্বালা নিবারণিত হইয়া থাকে। তিসির খেলের পুন্টিন্স দ্বারাও বিশেষ উপকার হইয়া থাকে। পরে তাহার উপর শুকা মলম কিবা মাখন দিয়া রাখিবে। কারণ ক্ষত শুষ্ক হইতে থাকিলে তাহা অত্যন্ত চড়্চড়্ করিতে থাকে।

যে স্থান পুড়িবে তাহা যতদূর বিস্তার করিয়া রাখিতে পারা যায়, তাহার ব্যবস্থা করিতে হইবে। বিশেষতঃ সন্ধিহল মায়েই সোজা করিয়া না রাখিলে ক্ষত শুষ্ক হইলে ঐ স্থানের চামড়া সংকুচিত হইয়া জোড়া লাগিয়া কিবা বস্ত্রদ্বারা থাকিয়া ঘাইবার ক্ষতের সম্ভব।

তৃতীয় অবস্থার পোড়া চিকিৎসা প্রায়ই স্থচিকিৎসক দ্বারা শাস্তি লাভের উপায় নাই। তবে চিকিৎসক আনার করিতে যে পর্যন্ত সময় লাগিবে, সেই সময়টুকু যেন ব্যথা নষ্ট না হয়, এমন্য যে সকল নিয়মে চিকিৎসা

কবিতে হইবে, এক্ষণে তাহার বিবরণ উল্লিখিত হইতেছে। পূর্বেই বলা হইয়াছে যে, পোড়ার সময় হইতে এক মুহূর্ত্তও বৃথা যেন নষ্ট না হয়, কারণ ঐ সময়ের মধ্যেও প্রভূত অপকার হইতে পারে।

এই ভয়ানক পোড়াতে রোগীকে প্রথমেই চীৎ করাইয়া শরন করাইতে হইবে এবং ঘর ও বিছানা গরম বাধিতে হইবে। কারণ উহাতে প্রায়ই কম্প উপস্থিত হইয়া থাকে, একত্র গরম জল পূর্ণ বোতল রোগীর দৈহিক নিকট স্থাপন রাখিতে হইবে। গরম জলে তার্পিণ তৈলের ছিটা দিয়া সেই জলে কানেল কাপড় ভিজাইয়া কোমেন্ট করিতে হইবে। অল্প স্থান দগ্ধ হইলে নীতল জলে ভিজাইয়া রাখিলে চলিতে পারে। কিন্তু উহা অধিক স্থান ব্যাপিয়া হইলে তুলি কবیرা তার্পিণ তৈল পোড়া স্থানে লেপিয়া দেওয়া ভাল। পরে তাহাতে সমভাগ তার্পিণ ও মসিনা তৈল মাখাইতে হইবে। অনন্তর কেবল মাত্র মসিনা তৈল মাখাইয়া তাহার উপর তুলা লাগাইয়া সেইরূপ অবস্থায় তিন চারি দিন রাখিয়া পবে তুলিয়া ফেলিবে। তুলা তুলিলে প্রায়ই ক্ষত শুক দেখা যাইবে।

দগ্ধ স্থানে যে সকল ঔষধ দিতে হইবে, তাহা প্রত্যেক গৃহস্থেবই জানিয়া রাখা অতীব আবশ্যক। এই আবশ্যকীয় ঔষধ সমূহের স্থূল স্থূল বিবরণ এস্থলে লিখিত হইল।

(১) চূণের জল ও মসিনা তৈল কেণাইয়া দিতে হইবে।

(২) গ্লিসিবিণ পালকে করিয়া দগ্ধ স্থানে দিতে হইবে।

(৩) গোলআলু কুরিয়া তাহার মধ্যস্থ শাঁসের পুন্টিস লাগাইবে।

(৪) দগ্ধ স্থানে ময়দা ছড়াইয়া দিবে।

(৫) দগ্ধ স্থানে গঁদের জল দেওয়া ভাল। উহাতে যদি চড়্‌চড়্‌ করিতে থাকে, তবে তাহাতে গ্লিসিবিণ দিবে।

(৬) একটা বড় পিরাক ও গোলআলু বাটিয়া তাহাতে এক পিলা সুইট বা নারিকেল তৈল মিশাইয়া পুরুভাবে প্রলেপ দিবে। এই প্রলেপের উপর একখানি নেকড়া বাঁধিয়া ক্ষত স্থান ঢাকিয়া রাখিবে।

(৭) ক্ষত স্থানে ছাল উঠিয়া গেলে ভিনিগার ও জল এক সঙ্গে

মিশ্রাইরা গরম করিয়া লাগাইতে হইবে। উহার অভাবে সমভাবে চূণের অল ও সুইটঅয়েল কেণাইরা দিতে পারা যায়। এই সকলের অভাবে তাপিন তৈল দিলেও চলিতে পারে।

(১০) শীতল জলে বনভাবে সাবান ও লিমা পাতলা নেকড়ার উহা মাথা-ইয়া দগ্ধ হানে দিতে পারা যায়। শুক হইলে পুনর্বার ঐ নেকড়ার উপর মর্মান জল দিতে হইবে। আচ্ছাদনের নেকড়া ফেন তুলিয়া ফেলা না হয়।

(১১) নরিকেল তৈল ও মোম এক সঙ্গে গলাইয়া যে মলম প্রস্তুত হইতক, ঐ মলম নেকড়ার মাথাইরা কত বা দগ্ধ হানে দিতে হইবে এক্ষণে মধ্য তাহার উপর শীতল জল দ্বারা ভিজাইয়া রাখিতে হইবে।

(১২) কুলখড়ি এবং সুইটঅয়েল অভাবে (জলে) গুলিয়া দগ্ধ হানের চর্ম্মিররের কতক উপরে পুরুভাবে প্রলেপ দিতে হইবে। ইহা ব্যবহার করিলে তৎক্ষণাৎ আলা নিবারিত হইবে। শুক না হয় এজন্য সর্বদা উহা দ্বারা ভিজা রাখিতে হইবে এবং রাত্রিকালে একখণ্ড ক্লানেল দ্বারা উহা জড়াইয়া রাখিলে শুক হইবার সম্ভাবনা থাকিবে না।

(১৩) দগ্ধ হানে ঝোলা শুড় লেপিয়া দিলেও উপকার হইয়া থাকে।

(১৪) আঙুল পুড়িলে ফাক ফাক করিয়া রাখিতে হইবে এবং সন্ধিল পুড়িলে বাড় বাঁধিয়া রাখা আবশ্যক। নতুবা জোড়া লাগিবার বিশেষ সম্ভব।

গরম ত্রব্য দ্বারা গলার ভিতর পুড়িয়া গেলে শীতল জল কিম্বা বরফ সেকন করিলে উপকার হইতে পারে।

যে পোড়াতে চামড়া হইতে হাড় পর্যন্ত পুড়িয়া উঠে, সেই পোড়াতে মাংস রক্ত উঠে এবং পরিশেষে মৃত্যু পর্যন্তও উপস্থিত হইয়া থাকে। বালকদিগের প্রথমে কম্প উপস্থিত হয়, কম্প অন্তে শরীর শীতল হইয়া সর্বদাপ্রাণনাশী মৃত্যু উপস্থিত হইয়া সকল যন্ত্রণার হাত হইতে পরিত্রাণ করিয়া থাকে।

পোড়াতে ধুস্তক রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে। এজন্য সূচিকিৎসক দ্বারা চিকিৎসা করাইতে অবহেলা করা উচিত নহে।

গরম জ্বর্য দ্বারা গরম জ্বরের পুড়িয়া গেলে শীতল জল কিংবা বরফ সেবন করিলে উপকার হইতে পারে।

কোন একাধিক কঠিন গোড়াতে, কোঠা পরিষ্কার রাখিবার জন্য মুহূর্ত্তের জন্য সেবন করিতে দেওয়া উচিত।

আগুণে গোড়া বেকর ভয়ানক বিপদ পুনঃ পুনঃ তাহা উল্লেখ করিয়া কাহাকেও বুঝাইয়া দিতে হয় না। আগুণে গোড়ার পর স্ফটিকাদির ব্যবস্থা করা অপেক্ষা বাহ্যতে এই বিপদ আক্রমণ করিতে না পারে, তদ্বিষয়ে সাবধানতা অবলম্বন করাই সুপারামর্শ। বাস্তবিক একটু সতর্ক থাকিলে এই বিপদের হাত হইতে যে, মুক্তি লাভ করিতে পারা যায়, তাহা যদিও সম্পূর্ণ সত্য, কিন্তু কোন কোন সময় এই দুর্ঘটনা একরূপ ভয়ানকরূপে উপস্থিত হয় যে, তৎকালে প্রত্যুৎপন্নাতীত ভিন্ন বিপদ হইতে মুক্তি লাভের আর কোন প্রকার আশাই থাকে না। সে রূপ হউক এই বিপদ হইতে রক্ষা পাইবার জন্য প্রত্যেক গৃহস্থেরই বেকর পূর্বে সাবধানতা অবলম্বন করা উচিত, এক্ষণে তদসম্বন্ধে কতিপয় স্থল স্থল বৃত্তান্ত উল্লেখ করা যাইতেছে।

আমরা সচরাচর দেখিতে পাইয়া থাকি, শীতকাল হইতে আরম্ভ হইয়া গ্রীষ্মকালের মধ্যেই অধিক পরিমাণে অগ্নি-দাহ ঘটয়া থাকে। এমন্য এই সময় বিশেষরূপ সাবধান হওয়া আবশ্যিক। গৃহের অগ্নি ভালরূপ নির্বাণ করিয়া শয়ন করা উচিত; কেননা অনেক স্থলে একরূপও দেখা গিয়াছে, গৃহস্থগণ ভাল করিয়া অগ্নি নির্বাণ না করিয়া গৃহ হইতে নিষ্কাশিত কিংবা শয়ন করিয়াছেন, পরে সেই নির্বাণ-প্রায় অগ্নি হইতে দানাদার কুলি দিকি দিকি প্রজ্জ্বলিত হইয়া বিস্তর অনর্থ ঘটাইয়া তুলিয়াছে। আগুণের নিকট বস্তাদি রাখার দোষেও অনেক সময় তাহাতে আগুণ লাগিয়া গৃহাদি দগ্ধ হইয়া থাকে। কোন কোন স্থলে বিছানার মশুরি খাটাইয়া তদ্ব্যবস্থা গ্রহণ রাখিয়া লিখন পঠন করাতোও এই বিপদ উপস্থিত হইতে দেখা যায়। রাজিকালে বিছানার নিকট কখনই গ্রহীণ রাখা উচিত নহে, কারণ অনেক সময় একরূপও দেখা যায় যে, বাতালে মশারি

প্রভৃতি প্রদীপের উপর উড়িয়া পড়িতেও ভয়ানক ব্যাপার ঘটয়া উঠে । রাত্রিকালে আলুনার নিকট অথবা বস্ত্রাদির বাস্ত্র খুলিবার সময় প্রদীপ প্রভৃতির আশ্রয়েও কখন কখন নানাপ্রকার বিপদ হইতে দেখা যায় । বাতি, গ্যাস প্রভৃতি ধরাইবার সময় কখন কখন এরূপও দেখা গিয়াছে যে, কাগজ অথবা অন্য কোন দ্রব্য দ্বারা ঐ সকল আলিয়া পরে সেই আশ্রয় ছাড়িয়া কেলাতে অন্য পদার্থে তাহা ধরিয়া শেষে ভয়ানক ঘটনা উপস্থিত হইয়াছে । তৎকাল খাওয়ার পর আশ্রয় সমেত কলিকা রাখার ঘোঁষেও বিপদ ঘটিয়া থাকে । কখন কখন এরূপও দেখা গিয়াছে যে, উনার উপর কাষ্ঠাদি উতা অর্থাৎ শুকাইতে দিয়া সকলে নিশ্চিন্ত থাকে, পরে কোন প্রকার ঘটনা বশতঃ ঐ কাঠে আগুন লাগিয়া অবশেষে গৃহাদি দগ্ধ হইয়া গৃহস্থগণ সর্বস্বান্ত হইয়া পড়েন, কেবল যে, তাঁহাদিগেরই সর্বনাশ হইয়া থাকে, এরূপও নহে, সেই অগ্নি প্রজ্জ্বলিত হইয়া অবশেষে প্রতিবেশীগণেরও যথাসম্বন্ধ ভয়ভূত হইয়া যায় । শীতবস্ত্র এবং পোশাকাদি পরিধান করিয়া আগুনের নিকট অতি সাবধানে যাতায়াত করা উচিত । বালক বালিকাদিগকে দেশালোই কিম্বা অন্য কোন আগুনের জিহ্বা লইয়া জোড়া করিতে দেওয়া সর্বতোভাবে অনায়াস ; বাজী পুড়াইবার ঘোঁষেও বিস্তর বিপদ ঘটিয়া থাকে ।

অগ্নির আক্রমণ হইতে পরিজ্ঞান লাভের জন্য অর্থাৎ গৃহ ও অট্টালিকাদিতে আগুন লাগিলে অনেক সময় দেখা যায়, সাহায্য এক একটা দ্রব্যের অভাবে শেষে ভয়ানক ব্যাপার উপস্থিত হইয়া থাকে । এজন্য প্রত্যেক গৃহস্থ ঘরে এক একখানি মই রাখা আবশ্যিক । যাহারা অট্টালিকায় বাস করিয়া থাকেন, তাঁহাদিগের শয়ন গৃহে আর ইকি কিম্বা নিকি ইকি মোটা একফুট অন্তর অন্তর এক একটা গাইট থাকে, এগুলি এক এক গাছি দড়ী বিতল কিম্বা ত্রিতল গৃহের গরাদেই বাধিয়া রাখা উচিত । হঠাৎ অগ্নি প্রজ্জ্বলিত হইয়া নিম্নে নামিয়া আলিয়ার অস্থি বিধা হইলে উক্ত দড়ী অবলম্বন করিয়া নামিলে অগ্নি-বাহের বিপদ হইতে মুক্তি লাভ করিতে পারা যায় । জীলোক ও বালক বালিকা হইলে

একে একে বাঁধিয়া নামাইয়া দিতে পারা যায়। দড়ীর অভাবে গৃহস্থিত বস্ত্রাদি সংরক্ষণেও মুক্তিলাভ হইতে পারে। যে স্থলে সে সুবিধাও ঘটিয়া উঠে না, তথ্য উপর হইতে লক্ষ দিয়া পড়াই ব্যবস্থা। কিন্তু লাক দিয়া পড়াতে একটা বিপদের হস্ত হইতে পরিত্রাণ পাইতে গিয়া আর একটা বিপদের ক্রোড়ে আশ্রয় লওয়া হয়। অর্থাৎ অধিক উচ্চ হইতে পতিত হইলে হস্ত পদাদি ভাঙ্গিয়া এমন কি জীবন পর্যন্তও নষ্ট হইবার আশঙ্কা থাকে। এজন্য প্রথমে লাক দিয়া না পড়িয়া গৃহস্থিত লেপ, ভোসক প্রভৃতি যে সকল দ্রব্য থাকে, তাহা গৃহের নিম্নে কেলিয়া দিয়া গরাবে প্রভৃতি আশ্রয় অবলম্বন করতঃ মরলভাবে কুলিতে হইবে, অরশেবে হাত ছাড়িয়া দিয়া পূর্ব পাতিত লেপের উপর পড়িলে ততটা বিপদের আশঙ্কা থাকে না।

অগ্নি-দাহ উপস্থিত হইলে চঞ্চল না হইয়া স্থিরভাবে উপস্থিত বিপদ হইতে রক্ষা পাইবার উপায় করাই গুরুতর কর্তব্য। কারণ আমরা অনেক সময় দেখিয়াছি, ঐরূপ ব্যস্ততা জন্য বিপদ আরও ভয়ঙ্কররূপে উপস্থিত হইয়া লোকের সর্বনাশ করিয়া তুলিতে ক্রটি করে না। অগ্নি-দাহকালে যে সকল উপায় অবলম্বন করিলে মুক্তিলাভ করিতে পারা যায় অর্থাৎ অগ্নি নির্মাণ ও জীবন রক্ষা সম্বন্ধে বাহা বাহা প্রয়োজনীয়, সেই সকল বিষয় উল্লিখিত হইতেছে।

অট্টালিকাদিতে আগুণ লাগিলে দরোজা ও জানালা প্রভৃতি বন্ধ করিয়া দেওয়া আবশ্যিক; কারণ বাহিরের বাতাস গৃহে প্রবেশ করিলে অগ্নি আরও প্রবল হইয়া উঠে। অতএব বায়ু প্রবেশ পথ বন্ধ করিয়া দিয়া অগ্নি নির্মাণের উপায় করা উচিত। পর্দা ও মশারিতে আগুণ লাগিলে একঘাতি করল অথবা মোটা ভারি গোছের কাপড় দ্বারা বার-বার আঘাত করিলে আগুণ নির্মাণ হইয়া আসিবে। আর যদি সময় থাকে, তবে করল ও কাঁথা প্রভৃতি ভিজাইয়া তাহার উপর কেলিয়া দিলেও চলিতে পারে। নীচের সিঁড়িতে আগুণ প্রবল হইয়া পড়াইলে সত্বর ছাবে উঠিয়া মই লাগাইয়া নামিতে হইবে। যদি একান্তই আগুণ

লাগা সিঁড়ির পথ ভিন্ন নামিয়া আসিবার কোন উপায় না থাকে, তবে বত শীত্ পায়া যায়, হামাগুড়ি দিয়া বাহির হইয়া আসিতে হইবে। হামাগুড়ি দেওয়ার কারণ এই যে, তৎকালে গৃহমধ্যে এত ঘুম সঞ্চিত হয় যে, তদ্বারা শ্বাস-রোধ হইয়া মৃত্যু ঘটতে পারে, কিন্তু ঘরের মেঝেতে যে বায়ু লকার থাকে, তদ্বারা কোন অপকার ঘটে না। আর ঐ সময় কখন সতর্ক এই সকলের আত্মাবে মরলা কাপড় দ্বারা সর্কাক ঢাকিয়া অতি সতর্কভাবে বাহির হইয়া আসিবার উপায় করা উচিত, সুবিধা হইলে উহা ভিজাইয়া লইতে পারিলে আরও ভাল হয়। আশুপ নির্যাস করার দোষও যে, আশুপ সময় এই বিপদ ঘটয়া থাকে, তাহা পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, কখন কখন এরূপ ঘটনাও হইয়াছে যে, গৃহস্থগণ আশুপ নির্যাস করিয়াছেন, কিন্তু তাহার মধ্যে দুই একখানি অদ্বারের এক মুখে সামান্য আশুপ থাকে এবং অপর মুখ শীতল হইয়া যায়, বিড়াল কিম্বা ইঁহুয়ে সেই ঠাণ্ডামুখ কামড়াইয়া লইয়া গিয়া অল্প পদার্থের উপর রাখিয়াও এই সর্কনাশ করিয়া তুলে।

কখন কখন দেখা যায় রক্তন-শালার তৈলাদি জলিয়া অনর্থ ঘটনা থাকে। তৈল জলিয়া উঠিলে তাহার উপর কলাপাতা প্রভৃতি কতকগুলি দ্রব্য ফেলিয়া দেওয়া ভাল। হটাৎ যদি সেই পাত্রটি নামাইয়া ফেলা যায় তাহাও উত্তম। মাটির হাঁড়ি হইলে কোন দ্রব্য দ্বারা তাহা ভাঙ্গিয়া ফেলাও সংপরাশ্রম। পরী মধ্যে আশুপ লাগিলে প্রথমেই কর্তব্য গ্রামের সমুদায় লোক একত্রিত হইয়া সেই অগ্নি নির্যাস করা; কিন্তু যখন তাহা নির্যাসের আশা না থাকে, তখন স্ব স্ব গৃহস্থিত দ্রব্যাদি বাহির করিতে হইবে; গো, অথ প্রভৃতি গৃহ-পালিত পশু ও বৃদ্ধ জীলোক এবং বালক বালিকাদিগকে নিরাপদ স্থানে রাখিয়া অগ্নির আক্রমণ নিবারণ জন্য প্রয়াস হইতে হইবে। যে সময় গ্রাম মধ্যে অগ্নি-ভয় উপস্থিত হইবে, সেই সময় প্রত্যেক গৃহে অর্থাৎ চালের উপর জল-পূর্ণ কলসী লাঙ্গাইয়া রাখা আবশ্যিক। অগ্নি-বাহকালে নিত্যন্ত বিচলিত না হইয়া স্থিরভাবে কর্তব্য কার্য সম্পন্ন করা যে উচিত, তাহা সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন।

কারণ যে পরিমাণে চঞ্চল হইয়া সময় নষ্ট করা যায়, সেই পরিমাণে ক্ষতি-গ্রস্ত হইতে হয়।

যে কোন কার্যে কৃতকার্যতা লাভ করিতে হইলে সুব্যবস্থা করা উচিত। সুব্যবস্থা শুধু অল্প সময়ে এবং অল্প লোক দ্বারা যে কার্য সম্পন্ন হইয়া থাকে, বিশৃঙ্খলভাবে অধিক সময় ব্যাপিয়া বহু সংখ্যক লোক দ্বারা তাহা নির্বাহ হইয়া উঠে না। এজন্য অগ্নি-দাহ উপস্থিত হইলেই কতক লোক গৃহস্থিত বালক বালিকা, পীড়িত ও বৃদ্ধগণ এবং জ্বরগ্রস্ত বাহির করিবার ব্যবস্থা করিবেন। অপর সকলে অগ্নি নির্বাণ জন্য বিশেষরূপ চেষ্টা দেখিবেন। গৃহাদিতে আগুণ লাগিলে নিকটে যে জলাশয় থাকে, তাহা হইতে জল আনিয়া নির্বাণ করিবার ব্যবস্থা করা উচিত। বিলম্বে বিলম্বে জল ঢালিলে যে, আগুণ নির্বাণ করা যায় না, তাহা সকলেরই মনে রাখা কর্তব্য, এজন্য এবিষয়ে একটি নিয়ম জ্ঞাত থাকা আবশ্যক। অর্থাৎ যে সকল ব্যক্তি জল আনিতে প্রবৃত্ত হইবেন, তাহার যেন অগ্নি-দাহ স্থান হইতে জলাশয় পর্যন্ত শ্রেণী বন্ধভাবে দণ্ডায়মান হইয়া পরস্পরের হাতে হাতে জল আনিয়া আগুনের উপর ঢালিতে আরম্ভ করেন। এইরূপ নিয়মে জল ঢালিলে ক্রমগত জলধারা পতিত হওয়াতে উহা নির্বাণ হইয়া যাইবে।

যে গৃহে অগ্নি-দাহ উপস্থিত হয়, তাহার নিকটবর্তী গৃহাদিতে বাহ্যতে উহা লাগিতে না পারে, তজ্জন্য ঐ সকল গৃহের উপর জল লইয়া প্রস্তুত থাকা আবশ্যক। অর্থাৎ যখন যে স্থানে আগুণ পড়িবে, তৎক্ষণাৎ যেন তাহা নির্বাণ করা হয়। আগুণ নিবারণ অসাধ্য বোধ হইলেই বহু গৃহ কাটিয়া ভূমিসাৎ করা ভাল। কারণ আগুণ নীচে পতিত হইলে উহা আর অধিক দূরে সঞ্চারিত হইতে পারে না। অনেক সময় একপক্ষ দেখা গিয়াছে, বহু গৃহের অগ্নি ভাল রকম করিয়া নির্বাণ না করিয়া গৃহস্থগণ নিশ্চিন্ত হইলেন, অনন্তর তাহা হইতে অগ্নি সঞ্চারিত হইয়া আবার মহা অনর্থ ঘটাইয়া তুলে। রন্ধনাদি কালে গৃহে আগুণ লাগিলে অনেক রন্ধন-গণ মনে করিয়া থাকেন, সামান্যমান জল দ্বারা তাহা নির্বাণ করিতে

পারিবেন, এই আশাসে তাঁহারা লোক ডাকিয়া গোল না করিয়া নিজেই উহা নির্মাণ করিতে চেষ্টা পাইয়া থাকেন কিন্তু হস সামান্য চেষ্টায় কোন ফল না হইয়া বরং বিপদ আশঙ্ক প্রবল হইয়া উঠে। এজন্য প্রথম হইতেই লোকজন ডাকিয়া বিশেষ সতর্কতার সহিত উহা নির্মাণের চেষ্টা পাওয়া উচিত। বিপদ প্রবল আকার ধারণ করিতে না পায়, তাহার চেষ্টা করাই বুদ্ধিমানের কাজ।

গৃহ-পালিত গো, অথ প্রভৃতি পশুগণ বাহাতে অগ্নি-দাহ হইতে রক্ষা পায়, তাহার ব্যবস্থা করা অতীব কর্তব্য, তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থেরই মনে রাখা উচিত। কোন কোন সময় এরূপও দেখা যায়, গৃহাদি দাহ-কালে গর্ভাবস্থার বন্ধন রজু কাটিয়া দিলে তাহারা বাহিরে আসিয়া আবার প্রজ্জ্বলিত গৃহে প্রবেশ করিয়া জীবন হারাইয়া থাকে, এজন্য তাহাদিগকে দূরে তাড়াইয়া দেওয়াই সুব্যবস্থা। অথের একটি মহৎ দোষ অগ্নি-দাহ কালে তাহারা আরই বাহিরে আইসে না। হাজার টানটানি কর না কেন, কিছুতেই নড়িতে চাহে না, এজন্য তাহাদিগের গলদেশে হাল পরাইয়া তাহা ধরিয়া টানিলে তৎক্ষণাৎ বাহির হইয়া আসিয়া থাকে। অগ্নি-দাহ কালে প্রজ্জ্বলিত গৃহ হইতে অথ বাহির করিবার পক্ষে ইহা একটি অতি সুন্দর কৌশল।

প্রতি বৎসর বাজী পুড়াইতেও বিস্তর বালকাদির বিপদ ঘটয়া থাকে। অতএব বারুদ হইতে অতি সাবধানে থাকা যে, কতদূর উচিত, তাহা প্রত্যেকই বুঝিতে পারিতেছেন। যে গৃহে বারুদ থাকে, তথায় অগ্নি লইয়া যাওয়া যে, একটি বিপদকে আহ্বান করা—তাহা যেম সকলেরই স্বরণ থাকে। আজকাল বারুদের ন্যায় আর একটি বিপদের দ্রব্য গৃহস্থ গৃহে প্রবেশ করিতে আরম্ভ করিয়াছে। ঐ বিপদ-জনক দ্রব্য ক্যারোসিন অয়েল। ক্যারোসিন তৈল যার-পর-নাই দাহ্য পদার্থ; সামান্যমাত্র অগ্নি-স্পর্শে উহা প্রজ্জ্বলিত হইয়া উঠে। প্রজ্জ্বলিত তৈলে জল ঢালিয়া অথবা অন্য কোন উপায়ে অগ্নি নির্মাণ করিতে পারা যায় না। এজন্য অতি সতর্কতার সহিত উহা ব্যবহার করিতে হয়। যে স্থানে অগ্নির

কোন সংস্পর্শ থাকে না, একরূপ স্থানে উহা রাখাই উচিত। ফলতঃ যে কোন প্রকারেই হউক অগ্নির হাত হইতে মুক্তি-লাভ করিতে হইলে সাবধানতাই যে, তাহার একমাত্র অব্যর্থ উপায় তাহা কোন প্রত্যেক গৃহস্থ-দিগেরই মনে থাকে।

আসন্ন প্রসবার সম্বন্ধে কর্তব্য।

প্রায় অধিকাংশ গর্ভবতীকে দেখিতে পাওয়া যায়, প্রসব কাল উপস্থিত হইলেই মহা আশঙ্কা প্রকাশ করিয়া থাকেন। তাঁহাদিগের এই আশঙ্কার কারণ নিজের জীবন রক্ষা এবং ভাবী সন্তানের মঙ্গল কামনা। যাহারা দুই তিনবার প্রসব করিয়াছেন, তাঁহাদিগের এইরূপ বড় আশঙ্কা থাকে না ; কিন্তু প্রথম বার যাহারা গর্ভ-ধারণ করেন, তাঁহাদিগেরই মধ্যে ঐরূপ ভয়ের কারণ অধিক পরিমাণে লক্ষিত হইয়া থাকে। বহুদর্শন দ্বারা স্থির হইয়াছে যে, কোন গর্ভবতীকেই ঐরূপ অলীক আশা প্রকাশ করিবার কোন কারণ দেখিতে পাওয়া যায় না। গর্ভে সন্তানের প্রজনন, বর্ধন এবং নির্মিষে ভূমিষ্ঠ হওন সম্বন্ধে জগদীশ্বর যে, অনির্বচনীয় ব্যবস্থা করিয়া রাখিয়াছেন, তদ্বারা গর্ভবতী অনায়াসেই প্রসব করিতে সমর্থ হইয়া থাকেন। ফলতঃ এ সম্বন্ধে কোন প্রকার আশঙ্কা প্রকাশ না করাই সংপরামর্শ। প্রকৃতির কেমন চমৎকার নিয়ম যে, সন্তান গর্ভে বসিলে সুরক্ষিত হইয়া জন্ম হইয়া থাকে। অভাব ব্রতাবের উপর নির্ভর করিয়া সাহস অবলম্বন করুক প্রসবের জন্য প্রতীক্ষা করাই প্রত্যেক গর্ভবতীর পক্ষেই প্রধান কর্তব্য।

প্রসবকালে সকল গর্ভবতীকে এক প্রকার নিয়মে বস্ত্রণা ভোগ করিতে দেখিতে পাওয়া যায় না ; এমনও দেখা গিয়াছে একই গর্ভবতী ভিন্ন ভিন্ন বার প্রসব কালে ভিন্ন ভিন্ন রকম কষ্ট ভোগ করিয়াছেন। ফলতঃ যত প্রকার প্রসব-বেহারা উপস্থিত হউক না কেন, তাহাতে ভীত হওয়া উচিত নহে। তবে যে যে স্থলে আবৃত্তিক প্রসব-বেহারা উপস্থিত হইয়াছে, সেই সেই স্থলেই বস্ত্রণার তারতম্য ঘটিয়া থাকে।

কখন কখন দেখিতে পাওয়া যায়, কোন কোন আসন্ন প্রসবের উদর কিছু নামিয়া পড়ে। উদর নামিয়া পড়িবার নিয়ম ঠিক একরূপ নহে, কারণ কাহার কাহার প্রসবের কয়েক দিন পূর্বে ক্রমে ক্রমে উহা নীচের দিকে নামিয়া আইসে। গর্ভিণী তাহা আদৌ অনুভব করিতে পারেন না, কাহার কাহার হঠাৎ এক রাত্রির মধ্যে, আবার কাহার কাহার প্রসবের কয়েক ঘণ্টা পূর্বেও উদর নামিয়া পড়িতে দেখা যায়। এ কার্য দ্বারা স্থল বিশেষে গর্ভিণীর সুবিধা এবং কোন কোন স্থলে অনুবিধাও ঘটিয়া থাকে; যে যে স্থলে উদর উপরে বদ্ধিত থাকার স্বাস প্রস্থানের কষ্ট এবং পাকস্থলীতে চাপ লাগতে আহারে অনিচ্ছা দেখা যায়, উহা নিম্নে ঝুলিয়া পড়াতে সে কষ্টের হাত হইতে গর্ভিণী পরিত্রাণ লাভ করিয়া থাকেন, কিন্তু কখন কখন আবার ইহাও দেখা যায়, উদর নিম্নে নামিয়া পড়ায় মূত্রাশয় এবং অন্ত্রাদিতে চাপ পড়াতে প্রস্রাবত্যাগে কষ্ট ও কোষ্ঠ পরিষ্কার হইতে ব্যাধিত করিয়া তুলে। এজন্য কোন কোন আসন্ন-প্রসবকে ঘন ঘন প্রস্রাব ত্যাগ করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। প্রসবের পূর্বে যদিও গর্ভিণীর নানাপ্রকার শারিরিক কার্যের পরিবর্তন সাধিত হইতে থাকে, কিন্তু তিনি প্রায় তাহা অনুভব করিতে সমর্থ হইবেন না।

অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, প্রকৃত প্রসব-বেদনা ভিন্ন এক প্রকার কৃত্রিম বেদনা উপস্থিত হইয়া থাকে। ঐরূপ কৃত্রিম বেদনা উপস্থিত হইবার যদিও নানাপ্রকার কারণ দেখিতে পাওয়া যায়, কিন্তু তন্মধ্যে সর্বদা এই তিনটি প্রধান কারণ মনে রাখিতে হয়, অর্থাৎ পেটকাঁপা, উদরাময়, দেহের দুর্বলতা এবং মানসিক দুর্ভাবনা। এই সকল কারণে প্রসব-বেদনা উপস্থিত হইলে স্ত্রীচিকিৎসকের পরামর্শ লইয়া তাহা নিবারণ চেষ্টা করাই সুপরামর্শ। অনেক স্থলে এরূপও দেখিতে পাওয়া যায়, যে সকল রমণীশয় অনেকবার প্রসব করিয়াছেন, তাহার পর্ষ্যন্তও স্বাভাবিক ও কৃত্রিম বেদনা অনুভব করিতে পারেন না। যে বেদনার সন্ধান ভ্রূষিষ্ঠ হয় না, সেইরূপ বেদনাকে কৃত্রিম বেদনা কহে। অর্থাৎ প্রসব বেদনা উপস্থিত হইবার দশ পোনের দিবস পূর্বে কখন কখন স্রীতি ও অন্ত্র হইতে

যে এক প্রকার বেদনা উপস্থিত হইয়া কোটি ও উরুদেশে নাশিয়া থাকে, এবং কখন কখন সন্তান ভূমিষ্ট হইল বলিয়া ঘোষ হইয়া উঠে, এইরূপ বেদনা কৃত্রিম বেদনার মধ্যেই গণ্য করা হইয়া থাকে। অল্প লোকে কৃত্রিম বেদনার লক্ষণ ও ভাব বুঝিতে না পারিয়া তাহাকে প্রকৃত বেদনা মধ্যেই গণ্য করে। আমরা অনেক সময় শুনিয়া থাকি, কোন কোন গর্ভবতী দশ পোনের দিন ধরিয়া প্রসব বেদনা ভোগ করিতেছেন। বাস্তবিক প্রকৃত প্রসব বেদনা এত দিন ধরিয়া কষ্ট দেয় না। তবে কৃত্রিম বেদনা উপস্থিত হইয়া যখন প্রকৃত বেদনার সহিত যোগ দিয়া থাকে, তখনই ঐরূপ ভ্রম জন্মাইয়া দেয়। ফলকথা গর্ভিণীর যে কোন বেদনা উপস্থিত হউক না কেন, সর্বদা সূচিকিৎসক কিম্বা বহুদর্শিণী বিচক্ষণা গৃহিণীর উপদেশানুসারে কার্য্য করা উচিত।

প্রসবকালে যে সকল দ্রব্য আবশ্যক করে, আসন্ন প্রসবার জন্ত তৎসমুদায় সংগ্রহ করিয়া রাখা অতীব আবশ্যক। কারণ পূর্বে ঐ সকল সংগৃহীত না থাকিলে প্রসবকালে তজ্জন্ত বিব্রত হইতে হয়, কেবল মাত্র যে বিব্রত হইতে হয়, তাহাও নহে, তজ্জন্ত সময় সময় নানা প্রকার অপকারও সাধিত হইয়া থাকে। এজন্ত তৎপক্ষে বিহিতবিধানে সতর্ক হওয়া বুদ্ধিমান গৃহস্থের যে একটি গুরুতর কর্তব্য তাহা যেন সকলের মনে থাকে।

প্রসবকালে ধাত্রীর সাহায্য সম্পূর্ণ আবশ্যক হইয়া উঠে, এজন্ত যে গৃহে আসন্ন প্রসবা বর্ত্তমান, সেই গৃহে প্রসবের কয়েক দিন পূর্বে হইতেই ধাত্রীকে স্বগৃহে বাস করাইতে পারিলে ভাল হয়। কারণ অনেক সময় এরূপও দেখা গিয়াছে যে, হটাৎ গভীর রাত্রে প্রসব বেদনা উপস্থিত হইয়াছে, অথবা সে সময় বৃষ্টি ও ঝটিকা প্রভৃতি ছর্যোগ বশতঃ গৃহের বাহির হওয়া অত্যন্ত কষ্ট-কর হইয়া উঠিয়াছে, কিম্বা ধাত্রী কোন কার্য্যোপলক্ষে স্থানান্তরে গমন করিয়াছে এবং গর্ভিণীর বাড়ীতে এমন কেহ বিচক্ষণা জীলোক নাই যে, তাহা দ্বারা সাহায্য লইতে পারা যায়। এই সকল কারণ বশতঃ ধাত্রীকে নিজ গৃহে রাখিতে পারিলে ভাল হয়। অভাব পক্ষে ধাত্রী যেখানে বাস করে, বাড়ীর কিম্বা প্রতিবেশী

আত্মীয়কে তাহার গৃহ দেখাইয়া রাখা উচিত। অর্থাৎ প্রয়োজন উপস্থিত হইলেই যেন তৎক্ষণাৎ তাহাকে ডাকিয়া আনিতে পারে।

ধাত্রী সিকস্টন সম্বন্ধে গৃহস্থগণকে একটু মনোযোগ দেওয়া কর্তব্য। প্রসব কার্যে বাহাদিগের পারদর্শিতা থাকে, সেইরূপ ধাত্রী দ্বারা প্রসব করান যে কর্তব্য, তাহা বোধ ছুর সকলেই বুঝিতে পারেন। কারণ অনেক সময় ধাত্রীর দোষেও বিস্তর অনর্থ ঘটিয়া থাকে। প্রসবকালে ধাত্রীর উপরই যে, প্রসূতির শুভাশুভ নির্ভর করে, তাহা সকলেরই মনে রাখা আবশ্যক।

রাভকাণা এবং বধির (কালা) জীলোককে ধাত্রী কার্যে কখনই নিযুক্ত করা উচিত নহে। প্রসব-কার্যে অশক্ত, হুর্কলা কিম্বা বৃদ্ধা ধাত্রী সর্বতোভাবে পরিত্যজ্য। মেহশীলা ধাত্রী নিযুক্ত করাই উচিত। যে ধাত্রীর সন্তানাদি হইয়াছে একরূপ ধাত্রী প্রসব বেদনা এবং প্রসূতীর অবস্থা বিশেষরূপ বুঝিতে সমর্থ হইয়া থাকে। বিশেষতঃ প্রসবকালে প্রসূতিকে নানা প্রকার সাধনা দ্বারাও প্রবোধ দিতে হয়। এই জন্তই আর্য্য-শাস্ত্রবেত্তা ঋষিগণ উপদেশ দিয়া গিয়াছেন, যে জীলোক স্বজাতীয়া, কুলীনা, সম্বংশজাতা, মধ্যম বয়স্কা, মাধুশীলা, শুদ্ধ হৃদ্ধা, বহুকীরা, সবৎসা, স্বাধীনা ও নির্লোভনীয়া এবং বাহার অন্তঃকরণে বাৎসল্য ভাবের আধিক্য আছে, যে স্নমণী প্রবক্ষক নহে এবং যে বালককে নিজ পুত্রের ত্যায় মেহ করিয়া থাকে, সেইরূপ ধাত্রীই সম্পূর্ণ প্রশস্ত। (১)

ধাত্রী ভিন্ন প্রসবকালে সাহায্যের জন্ত আত্মীয় জীলোকের আত্ম-

(১) পিতাৰ্থ যদি বালন্ত বিদধ্যাহুগমাতরম্।

সুবিচার্য্য শুণাঙ্গোবান্‌কুৰ্য্যাক্ষাত্রীঃতদেদৃশীম্ ॥

সবণীঃ মধ্যবয়সাঃ সচ্ছীলাঃসুদিতাঃসদা।

তদেহুৰ্দ্ধাৰ্হকীরাঃ সবৎসামতিবৎসলান্ ॥

স্বাধীনামরসঙ্কটঃ কুলীনঃ সজ্জনান্‌সদা ॥

কৈতবেন পরিত্যক্তাঃ নিজপুত্রসদৃশাঃ শিশৌ ॥

ইতি ভাবপ্রকাশঃ

কৃপা প্রয়োজন হইয়া থাকে, একজ্ঞ পূর্বেই তাহা স্থির করিয়া রাখা উচিত। প্রহৃত্তির কষ্ট দেখিলে বাহারা বিহ্বল হইয়া উঠেন, এরূপ জীলোককে হুতিকা গৃহে বাইতে না দেওয়াই সুপরাধ। কখন কখন এরূপও দেখা গিয়াছে, মাতা কস্তার সাহায্যার্থে হুতিকাগারে গমন করিয়া পরিলোকে কস্তার কষ্ট দর্শনে একেবারে অধৈর্য্য হইয়া উঠিয়াছেন এবং তাঁহাকে অধৈর্য্য দেখিয়া কস্তাও নিরাশ হইয়া পড়িয়াছে। এরূপ হুলে নিম্নে সম্পর্কীয় কার্য্য-কুশলা জীলোক নির্দোষ করাই কর্তব্য। এ সম্বন্ধে ভাবপ্রকাশে বর্ণিত আছে, “প্রসবকার্য্যে কুশলা চারিটা বুঝা জীলোক নথ ছেদনপূর্ব্বক আসন্ন প্রসবার পরিচর্যা করিবে, তাহা হইলে প্রসবের কোন আশঙ্কা থাকেনা।”

সহজ কথায় এই পর্য্যন্ত বলিতে পারা যায়, প্রসবকালে যে সকল দ্রব্যের প্রয়োজন এবং যে সকল লোকের সাহায্য আবশ্যক হইয়া থাকে, তৎসমুদায় ঠিক সেই সময়ের ব্যবহারোপযোগী সংগৃহীত না হইলে গুরুতর ক্ষতি হইবার সম্ভব। যাহাতে সামান্য ত্রুটি বশতঃ প্রভূত অনিষ্টের সম্ভব, তাহাতে উদাসীন থাকা প্রত্যেক গৃহস্থের পক্ষে যে, একটা মহাপাপ তাহা বোধ হয় কাহাকেও বিশেষ করিয়া যুক্তি দ্বারা বুঝাইতে হয় না। প্রসব কার্য্য এক পক্ষে যত সহজ মনে করা যায়, অর্থাৎ স্বাভাবিক প্রসবে যেমন কোন প্রকার আশঙ্কা থাকে না তেমনই অনেক স্থানে আবার নানা প্রত্যক্ষ ও অলক্ষ্য কারণে উহা কার-পর-নাই গুরুতর ভয়ানক ব্যাপার মনে করিতে হয়। একজ্ঞ বিজ্ঞ চিকিৎসক-দিগের পরামর্শানুসারে যতদূর সাবধানতা অবলম্বন করিতে পারা যায়, তাহাতে মনোযোগী থাকা অতীব আবশ্যক।

আসন্ন প্রসবা যে কোন সময় প্রসব করিবেন, তাহার কিছুই স্থিরতা নাই, একজ্ঞ যতদিন সুচারুরূপে প্রসব কার্য্য শেষ না হয়, ততদিন গৃহস্থগণকে সর্ব্বদা সতর্ক থাকা প্রয়োজন। অনেক স্থলে আমরা দেখিয়াছি, এই সতর্কতার ত্রুটি বশতঃ বিস্তর অসুখের সাধিত হইয়াছে। সুতরাং এ বিষয়ে সাবধান থাকাই একমাত্র সুপরাধ।

প্রকৃত প্রসব বেদনা বুঝিতে না পারিয়া অনেক স্থলে দেখিতে পাওয়া যায়, কৃত্রিম গৃহস্থ্যগণ গর্ভিণীকে হুতিক গৃহে লইয়া গিয়া প্রসবের অন্ত চেষ্টা করিয়া থাকেন। অসম্মানে এইরূপ চেষ্টা করার পরিশেষে যে স্বাস্থ্যের বিঘ্নের ফল উৎপন্ন হইয়া থাকে, তাহার বিস্তারিত দৃষ্টান্ত দেখিতে পাওয়া যায়। এজন্য আমাদের বিশেষ অস্বরোধ প্রত্যেক গৃহস্থ্যই জানিয়া রাখা আবশ্যিক—প্রকৃত কিংবা কৃত্রিম প্রসব বেদনা কাকে বলে। কৃত্রিম বেদনার বাস্তবিক গর্ভিণীকে অত্যন্ত যন্ত্রণা দিয়া থাকে। এই যন্ত্রণা নিবারণ জন্য স্ত্রীকিংসকের পরামর্শ গ্রহণ করা সর্বতোভাবে কর্তব্য। কৃত্রিম বেদনা উপস্থিত হইলে গর্ভিণীকে স্থিরভাবে শয়ন করিতে দেওয়া উচিত এবং সেই সময় যাহা বিরোধক কোন প্রকার জ্বালাপ দিলে বেদনা নিবারিত হইতে পারে। কারণ অনেক স্থলে কোষ্ঠ বদ্ধতা দোষেও কৃত্রিম বেদনা উপস্থিত হইতে দেখা যায়; পূর্বে কৃত্রিম বেদনা সম্বন্ধে যে সকল লক্ষণ লিখিত হইয়াছে, তন্নিম্ন গর্ভে সন্তান নড়া চড়াতেও উহা উপস্থিত হইয়া থাকে। প্রকৃত বেদনায় গর্ভিণীর সন্তান নির্গম-পক্ষে অর্থাৎ গর্ভাশয়ের মুখ বিস্তারিত হইতে দেখা যায় এবং প্রসব দ্বারা দিয়া এক প্রকার ক্রন্দ নির্গত হইয়া থাকে। আর বেদনা প্রায় সমান অন্তর অন্তর উপস্থিত হয়। বেদনা উপস্থিত হইলে যেমন ক্রন্দ বোধ হইয়া থাকে, তাহার বিরামে সেইরূপ আবার কোন প্রকার যন্ত্রণা থাকে না।

কোন কোন আসন্ন প্রসবার উদর অত্যন্ত বৃদ্ধি হইয়া ঝুলিয়া পড়িয়া থাকে। যখন দেখা যাইবে যে, উহা ঝুলিয়া পড়াতে গর্ভিণীর পক্ষে অত্যন্ত কষ্টকর হইয়া উঠিয়াছে, তখন এক খণ্ড পরিষ্কৃত বস্ত্র দ্বারা শিথিলভাবে উহা বাঁধিয়া দিলে অনেক উপশম হইয়া থাকে।

আসন্ন প্রসবার পক্ষে যে সকল নিয়ম লিখিত হইল, তৎসমুদায় প্রত্যেক গৃহস্থ্যই জানিয়া রাখা অতীব আবশ্যিক। এই সকল ভিন্ন আর বাহা বাহা সংগ্রহ করা আবশ্যিক, হুতিকার গৃহের উপদেশ সম্বন্ধে সেই সকলের উল্লেখ করা যাইবে।

বিষ প্রয়োগে গো-জাতির জীবন নষ্ট ।

অনেক স্থলে দেখিতে পাওয়া যায়, গবাদি পশু বিধ খাইয়া অকালে প্রাণ হারাইয়া থাকে। গো-জাতি আপনাই হইতেও উহা খাইয়া লাকে, কখন কখন নিষ্ঠুর চৰ্ম-ব্যবসারী মুচিদিগের দ্বারাও এই কার্য সাধিত হয়। চৰ্ম বিক্রয় দ্বারা লাভের বিলক্ষণ আশা থাকে। সেই আশার উক্ত ব্যবসায়ীগণ এই অস্বস্তি কার্যে প্রবৃত্ত হয়। অনেক দিন হইতে এক্ষণে একটা রীতি আছে, মৃত গবাদি পশু ভাগাড়ে ফেলিয়া দিলে মুচিরা সেই মৃত পশুর চৰ্ম তুলিয়া লয় এবং চৰ্ম ব্যবসায়ীদিগের নিকট তাহা বিক্রয় করে। কোন কোন স্থানে আবার জমীদারদিগের সহিত মুচিদিগের মৃত পশুর চৰ্ম দেওয়ার জন্য বৎসর বৎসর নির্দিষ্ট কর দিবারও বন্দোবস্ত আছে। এতদ্বিন্ন মুচিরা চৰ্ম ব্যবসায়ীগণের নিকট হইতে একরূপ এগ্রিমেন্ট লইয়া থাকে যে, কোন একটা নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে তাহারা এত সংখ্যক চৰ্ম প্রদান করিবে এবং তজ্জন্ত অগ্রে দানও লইয়া থাকে। সুতরাং প্রয়োজন মত চৰ্ম সংগ্রহ না হইলে তাহারা বিষ প্রয়োগ দ্বারা গো-জাতির জীবন নষ্ট করিয়া থাকে এবং মৃত পশুর চৰ্ম লইয়া লাভবান হয়। এই ঘৃণিত নিষ্ঠুর ব্যবসায়ীদিগের দ্বারা প্রতি বৎসর বিস্তর পশুর জীবন নষ্ট হইতে দেখা যায়।

সকল স্থলেই যে, এই কারণে পশুর জীবন নষ্ট হইয়া থাকে তাহাও নহে, অনেক স্থলে আবার দেখা যায়, পশুগণ আপন হইতেও বিষাক্ত মাস ও গাছ গাছড়া খাইয়াও মৃত্যু-মুখে পতিত হইয়া থাকে। আমরা দেখিতে পাই ছুই প্রকার বিধে গবাদি পশুর জীবন নষ্ট হয়। তন্মধ্যে প্রথম প্রকারের বিষ উত্তম জাতীয় গাছ গাছড়া, দ্বিতীয় জাতীয় বিষ বাতু বর্জিত।

বিষ প্রয়োগের রীতি ।—প্রথম রীতি, খানিক বিষ অর্থাৎ যে পরিমাণ বিষে পশুর মৃত্যু ঘটতে পারে, সেই পরিমাণ বিকলইয়া ময়না অথবা ঘূতের সহিত মিশাইয়া কলাপাতা কিম্বা পশুদিগের খাদ্য অন্ন কোন প্রকার পাতায় মাখাইয়া পশুদিগের মুখের মধ্যে দেয়। যেখানে এইরূপে বিষ

প্রয়োগ অনুবিধা ঘটয়া উঠে, সেই স্থানে উক্ত বিধাক্ত পত্র গবাদির চরিবার স্থানে কেলিয়া দেয়, নিরীহ পশুগণ জানে না যে, তাহাদিগের মৃত্যু সমুখে বর্তমান, সুতরাং তাহারা স্বচ্ছন্দে তাহা ভক্ষণ করিয়া অকালে মৃত্যু-মুখে পতিত হয়।

দ্বিতীয় রীতি ।—যে স্থানে ভাল রকম ঘাসাদি খাদ্য থাকে, অর্থাৎ পশুরা সর্বদা চরিয়া বেড়ায়, সেইখানে সেই ঘাসাদির উপর বিষ ছড়াইয়া রাখা পশুরা ভাষা চরিতে গিয়া মৃত্যুর সহিত সাংগাৎ করে।

তৃতীয় রীতি ।—কোন প্রকার তীক্ষ্ণ-ধার অর্থাৎ ধারাল অস্ত্রে বিষ মাখাইয়া সেই অস্ত্রের অগ্রভাগ দ্বারা গবাদির চর্ম বিদ্ধ করিয়া রক্তে যোগ করিয়া দেয়, অথবা মল কিম্বা জরায়ু দ্বারে প্রবিষ্ট করিয়া থাকে।

বিষ ।—পরীক্ষা দ্বারা দেখা গিয়াছে, পশুদিগের জীবন নষ্ট করিতে যে সকল বিষ ব্যবহৃত হইয়া থাকে, সেই সকল প্রায় সেকো কিম্বা হরিতালে প্রস্তুত হয়। কিন্তু এই দুই জব্যের মধ্যে সেকো বিষের পরিমাণই অধিক দেখিতে পাওয়া যায়। এতদ্ভিন্ন কাটবিষ, ধুতুরা, মাদার এবং কুঁচিলা প্রভৃতি বাছড়া বিষও ব্যবহার হইয়া থাকে। অনেকে অহুমান করেন, চর্ম ব্যবহারীগণ মুচিদিগকে ঐ সকল বিষ প্রদান করিয়া এই নির্দয়চরণের সহায়তা করে।

যে সময়ের দেশ মধ্যে পশুদিগের মহামারী অর্থাৎ মড়ক উপস্থিত হয়, সেই সময় এই চরিতনা অধিক ঘটয়া থাকে। আবার এক্ষণে দেখা যায়, দেশ মধ্যে বসন্ত রোগ প্রবল হইয়া পশুদিগের মৃত্যু সংখ্যা বৃদ্ধি হইতেছে, সেই সময় উক্ত রোগে মৃত পশুদিগের পাকস্থলী ও অন্তের মধ্য-গত দূষিত বিষাক্ত জব্য পাইয়াও পশুদিগের চরানী ভূমিতে ছড়াইয়া দিয়া আইসে। বসন্ত রোগের সংক্রামক অর্থাৎ ছুঁরাচে রোগ, সুতরাং বসন্তের দ্বারা পশুদিগের শরীর মধ্যে প্রবিষ্ট হইয়া জীবন শেষ করিয়া ফলে।

অনেক স্থলে আবার দেখিতে পাওয়া যায়। বৃষ্টি অত্যধিক পশুদিগের খাদ্য তৃণ পাওয়া দুর্ভট হইয়া উঠে, তখন অবোধ পশুগণ উহরের জালায় নানা প্রকার বিষাক্ত গাছ গাছড়া আহাৰ করিয়াও মৃত্যুর ক্রোড়ে শয়ন

করিয়া থাকে। ভেরেণ্ডা গাছ ও বীজ আহার করিয়াও গবাদির মৃত্যু হইতে দেখা যায়।

লক্ষণ।—বিষ খাইলে গবাদির প্রায় কয়েকটি লক্ষণ উপস্থিত হইতে দেখা যায়। সেই সকল লক্ষণ প্রত্যেক গৃহস্থেরই জানিয়া রাখা গুরুতর কর্তব্য। কারণ ঐরূপ লক্ষণ দেখিলেই তাহার প্রতীকারের উপায় করিতে পারা যায়।

বিষ খাইলে পশুর হঠাৎ পীড়া হয়; কাঁপিতে থাকে, তলপেটে অত্যন্ত বেদনা হয়; এই বেদনা জ্ঞাত দেখা যায়, পশু পা ও শিং দিয়া পেটে গুতা মারিতে থাকে, বারবার পান্নরের দিকে তাকায়, মুখ হইতে ফেনা ভাঙে, অত্যন্ত পিপাসা বৃদ্ধি হয়, ধমুঠকারের মত সর্বদাই খেঁচুনি হইতে থাকে এবং * সিমলা রোগের লক্ষণ প্রকাশ পায়, ক্রমাগত নাদে, মেচ্ছাণি হয় ও সেই সঙ্গে অস্বাভিক রক্ত নির্গত হয়। বিষের পরিমাণানুসারে শীঘ্র বা বিলম্বে মৃত্যু উপস্থিত হয়। সচরাচর প্রায় দুই হইতে চারি ঘণ্টার মধ্যেই পশুদিগের মৃত্যু উপস্থিত হইতে দেখা যায়।

ব্যবস্থা।—অধিক পরিমাণে বিষ প্রয়োগ করিলে কোন প্রকার চিকিৎসায় প্রায় তাহার উপকার দর্শে না। ফলতঃ বিষ প্রয়োগের ন্যূনাদিক পরিমাণ অনুসারে চিকিৎসা দ্বারা উপকার হইতে দেখা যায়। অনেক স্থলে আবার ঐরূপও দেখা গিয়াছে যে, যে স্থলে পশু অল্প পরিমাণ বিষ খাইয়াছে এবং উপযুক্ত ঔষধাদি দ্বারা চিকিৎসা করিলে আরাম করিতে পারা যায়, কিন্তু দুঃখের বিষয় গৃহস্থগণের নিকট কোন প্রকার ঔষধ না থাকায় তাহারা তাহার প্রতিকার করিতে সমর্থ হইরেন না।

অল্প পরিমাণ বিষ পশুর দেহে প্রবিষ্ট হইলে এবং যে সকল লক্ষণ উল্লেখ করা গিয়াছে, সেই সকল সাংঘাতিক অবস্থা উপস্থিত না হইতে হইতে যদি নিম্নলিখিত ঔষধ সেবন করান যায়, তবে অনেক স্থলে আরোগ্য হইবার বিশেষ সম্ভব।

* সিমলা রোগ লিখিবার সময় তাহার লক্ষণ সমূহ লিখিত হইবে

দ্রব্যের নাম ।	পরিমাণ ।
গন্ধকের গুঁড়া	এক ছটাক ।
মসিনার তৈল	আধ পোয়া ।
ভাতের মাড় (তণ্ড)	আধ সের ।

তালিকার লিখিত দ্রব্য সমূহ একত্রিত করিয়া পণ্ডকে সেবন করাইতে হইবে। এই ঔষধের রেচকতা শক্তি ।

ঔষধ ।

দ্রব্যের নাম ।	পরিমাণ ।
মসিনার তৈল	... এক পোয়া ।
গন্ধকের গুঁড়া	... আধ পোয়া ।
শে গুঁড়ের গুঁড়া	... দেওয়া তোলা ।
এ ভাতের গরম মাড়	... আধ সের ।

অ লিখিত দ্রব্য সকল এক সঙ্গে গুলিয়া পণ্ডকে সেবন করাইলে ভেদ হইবে। ইহাও একটা বিরেচক ঔষধ ।

চ বিধাক্রান্ত পণ্ডদিগের পক্ষে বিরেচক ঔষধই একমাত্র উপকারী ।
স এক্ষত যে সময় দেশ মধ্যে ঐরূপ মড়ক উপস্থিত হয়, সেই সময় প্রত্যেক গৃহস্থের নিকট লিখিত ঔষধ কয়েকটা সংগ্রহ করিয়া রাখা বিশেষ প্রয়োজন । কারণ উহার অভাবে যখন প্রভূত অনিষ্টের গুরুতর সত্ত্ব, তখন তাহাতে ঔদাস্ত করা মূৰ্খতার কার্য্য । আমরা অনেক স্থলে দেখিয়াছি, তালরূপ ঔষধ জানা না থাকায় অনেক গৃহস্থ বিশেষরূপ কষ্ট-গ্রস্ত হইয়াছেন । পথ্যের মধ্যে প্রথমে তিসির মাড় অধিক পরিমাণে দেওয়া বাইতে পারে । এই সময় একটা কথা বিশেষরূপে মনে রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ যতক্ষণ পর্য্যন্ত যেমন নিবারণ এবং পেট নামা বন্ধ না হয়, ততক্ষণ আরো জল দেওয়া উচিত নহে । কারণ এই সময় পণ্ডকে জল পান করিতে দিলে প্রভূত অপকারের সম্ভব ।

পণ্ড যেমন আরোগ্য লাভ করিয়া সুস্থ হইতে থাকিবে, সেই সঙ্গে

সঙ্গে অল্প পরিমাণ কলাই সিঁকের সহিত ভুবির জাব দিতে পারা যায়। পরে অর্থাৎ ছুই এক দান্তর পরে কাঁচা নরম ঘাস দিলে চলিতে পারে, এই সময় শক্ত ঘাস দেওয়া উচিত নহে।

পরীক্ষা।—মৃত পশুর ছোট ছোট ভুঁড়ির কিয়ৎ পরিমাণ অর্থাৎ আঁত ও পাকস্থলীর যে স্থানে সংযোগ হয়, সেই স্থানের কিয়দংশ লইয়া একটা বড় রকম বোতলের মধ্যে রাখিয়া তাহা তীব্র মদ দিয়া পূর্ণ করতঃ উত্তমরূপে ছিপি আঁটিয়া রাসায়নিক পরীক্ষার জন্য উক্ত পরীক্ষকের নিকট প্রেরণ করিলে তাহা নির্দ্ধারিত হইবে। জেলার মাজি-স্ট্রেট ও ডাক্তার সাহেবের নিকট এবিষয়ের সাহায্য চাহিলে তৎক্ষণাৎ তাহা পাওয়া যায়। সুতরাং গ্রাম মধ্যে এইরূপ চর্চটনা উপস্থিত হইলে এবং কাহারও প্রতি সন্দেহ ঘটিলে লিখিত নিয়মে পরীক্ষা করা আবশ্যিক। কারণ এই নির্ভুর কার্যের শাসন না করিলে উক্ত ব্যবসায়ীগণের প্রভাব বৃদ্ধি হইয়া উঠে ও সেই সঙ্গে সঙ্গে বৎসর বৎসর গৃহস্থগণের ক্ষতি এবং নিরীহ পশুদিগের অকালে জীবন নষ্ট ঘটয়া থাকে।

অশ্ব-পালন।

আমাদের দেশে আজি কালি গবাদি পশুর জায় অশ্ব-পালনে প্রাধিক্য যথেষ্ট প্রচলিত হইতেছে। কিন্তু গো-পালনে হিন্দু-সন্তান যতদূর বদ্ধ ও অস্তিত্বতা প্রদর্শন করেন, অশ্ব-পালনে ততদূর করেন না। অথচ কি পল্লীগ্রামে, কি নগরে, কি ককীর, কি আমীর সকলেই প্রায় সাংসারিক সৌকার্য্যার্থে অথবা বিলাস-লালসার বোটক পুৰিতে আরম্ভ করিয়াছেন। এমনত অবস্থায়-অচির-রূপে অশ্ব-পালনে অভিজ্ঞতা না থাকা অতি বিড়ম্বনার কথা।

অশ্ব-পালনে প্রধানতঃ ইহার বাস গৃহ, খাদ্য এবং স্বাস্থ্যের প্রতি সবিশেষ দৃষ্টি রাখা আবশ্যিক। খাদ্য সাধারণতঃ অশ্বের আকার এবং উহার শ্রমের পরিমাণের উপর নির্ভর করে। গাড়ীর অশ্ব এবং টাট্টা বোড়া যখন সর্বদাই কার্য্যে নিযুক্ত থাকে, তখন দিনের মধ্যে অন্ততঃ চারিবার দানা

খাওয়ান আবশ্যক এবং আরোহণের অঙ্কে প্রত্যহ তিনবার দানা দিলেই চলিতে পারে। “পনি” ঘোটককে ছইবার করিয়া দানা দিলেই বেশ চলিতে পারে এবং সেই সঙ্গে ভালরূপ প্রতিপালিত হইলে এই আহারেই বিলক্ষণ সুস্থের ব্যবহার থাকিবে। অখ-স্বামীকে অখের খাদ্য সম্বন্ধে বিভিন্ন জাতীয় দানের বিভিন্ন প্রকারের গুণ এবং উপকারিতার কথা মনে রাখিতে হইবে।

অখকে আহার প্রদানের নিয়মিত সময় ও তাহার নির্ধারিত পরিমাণের প্রতি লক্ষ্য রাখা আবশ্যক। যখন প্রত্যহ চারিবার খাদ্য প্রদত্ত হয়, তখন প্রথম বারের সময় প্রাতে ৭টা, দ্বিতীয় বারের সময় ১২টা এবং তৃতীয় বারের কাল বৈকালে ৪টা এবং রাত্রিতে ৮টার সময় হওয়া আবশ্যক। আর তিনবার দানা দিতে হইলে প্রাতে একবার, মধ্যাহ্নে একবার ও রাত্রিতে একবার দেওয়া উচিত। ছইবার হইলে প্রাতে একবার ও রাত্রিতে একবার দিলেই চলিবে। প্রত্যেকবারে আহারের সহিত ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র বিচালির কুচি দেওয়ার ব্যবস্থা ভাল। এইরূপ করিলে দানা ঝাড়িবার আর বিশেষ দরকার হয় না। আর অখের দস্ত সুদৃঢ় হইলে দানা না ঝাড়াই কর্তব্য। যখন পূর্ণ মাত্রার দানা প্রভৃতি খাদ্য দেওয়া হয় তখন প্রত্যহ ১২ পাউণ্ড পরিমিত ঘাস দিলেই চলিতে পারে। গোলআলু ও গোধুম, কলাই এবং ছাতু সময়ে সময়ে খাদ্য পরিবর্তনের নিমিত্ত ব্যবহার করা সুব্যবস্থা। আলু খাদ্যের সহিত মিশ্রিত করিবার পূর্বে অল্প সিদ্ধ করা আবশ্যক। খানে আবদ্ধ ঘোটককে ছই এক মাসের নিমিত্ত ময়দানে চরিবার জন্ম সময়ে সময়ে ছাড়িয়া দিলে ঘোটক দীর্ঘ-জীবী হয়; এরূপ ধারণা অনেকের আছে, সেটা বড়ই ভুল এবং বিপদ-সঙ্কুল। ঘোটকের পদ বিশ্রামের নিমিত্ত আস্তাবলে বিশ্রাম করানই উচিত। নতুবা এরূপ হঠাৎ পরিবর্তনে ঘোটকের উপকার না হইয়া বরং বিলক্ষণ অপকার ঘটে। অখের খাদ্য ও প্রতিপালন সম্বন্ধে বিশেষ নিয়মসমূহের অবশ্যই তাহার শ্রম, স্বাস্থ্য, আকার ও জাতি অনুসারে নির্ধারিত হওয়া আবশ্যক এবং অখ-স্বামীর ও অখ-রক্ষকের অভিজ্ঞতার উপরি তাহা সম্পূর্ণরূপে নির্ভর করে। সুতরাং এরূপ স্থলে সে সম্বন্ধে অধিক কথা বলা

অসম্ভব। অখ-পালনে অখ-শালা সম্বন্ধে (আস্তাবল) কতকগুলি অবশ্য জ্ঞাতব্য কথা আছে। কেবলমাত্র অখের খাদ্যের প্রতি দৃষ্টি রাখিলেই চলিবে না। ঘোটকের বাসস্থানের ব্যবস্থা না করিলে পর্যাপ্ত এবং উপযুক্ত আহার প্রদানে কোন কল দর্শে না। যুরোপীয়দিগের ঘোটক সমূহ যে, কেবল পর্যাপ্ত আহারেই বর্ধিত, সুন্দর ও দীর্ঘজীবী হয় তাহা নহে। পরন্তু উপযুক্ত বায়ু-গৃহ তাহাদের উন্নতির অত্যন্ত সুখ্য কারণ। আমাদের দেশে যদিও অনেক ধনী নিজে নিজে অখকে পর্যাপ্ত ও উপযুক্ত আহার প্রদান করেন; কিন্তু অখের বাস-স্থান সম্বন্ধে সচরাচর অনেকটা অসাবধানতা দেখাইয়া থাকেন। আর সাধারণ লোকের ত কথাই নাই। অনেক সময়ে পর্যাপ্ত খাদ্যের প্রাপ্তিতে তেজীমান ঘোটকের বাহ্যিক আকৃতি যদিও উত্তম থাকে কিন্তু এই বাস-স্থানের দুরবস্থার তাহাদিগের অভ্যন্তরীণ ভেদ এবং শক্তির হ্রাস হয়। এই বোটা কথাটি দেশীরগণ লক্ষ্য করেন না। এবিধে দেশীয় অখ-স্বামীগণের যুরোপীয়দিগের অনুষ্ঠিত নিয়ম সমূহ অনুকরণ করাই কর্তব্য। গৃহ অন্ধকূপের ভায়ে হওয়ায় ঘোটক অনেক সময় দম কাটিয়া মরিয়া যায়। এ ব্যাধির ঔষধ নাই এবং এরোগের পূর্ব লক্ষণ না থাকায় তাহা নিরূপণ বা নিবারণ দুঃসাধ্য হইয়া উঠে।

অখের প্রকোষ্ঠ সাধারণতঃ খিলানে গাঁথা হইলেই ভাল হয়। উহা অখের আকৃতি অনুসারে প্রশস্ত ও দীর্ঘ হওয়া আবশ্যিক। খানে আবদ্ধ ঘোটকের চতুঃপার্শ্বে প্রায়ই স্থান থাকে না। ইহা অতীব অস্বাস্থ্য। তাই বলিয়া তেজীমান অখের চারিদিকে অনাবশ্যকীয় অধিক স্থান অনর্থক রাখাও ভাল নহে। তাহাতে অখের ভেদবিতার হানি হয়। গৃহ মধ্যে একপ গবাক্ষ বা বাতায়ন রাখা উচিত যদ্বারা বায়ু এবং আলোক গৃহ মধ্যে সুচারুরূপে প্রবেশ করিতে পারে। গবাক্ষ কিন্তু একপ স্থানে থাকিলে তাহাতে বাহিরের আলোকের প্রোক্ষিত ঠিক সোজাভাবে ঘোটকের চক্ষে আসিয়া পতিত না হয়। অর্থাৎ অখের সম্মুখভাগে না রাখিয়া পার্শ্বভাগে গবাক্ষ বা বাতায়ন রাখাই উচিত। গৃহ পার্শ্বে একপ ড্রেন (পয়ঃপ্রণালী) রাখা উচিত, যদ্বারা প্রত্যহ আস্তাবলের ময়লা সমূহ পরিকাররূপে বাহির হইতে পারে।

আস্তাবলের মধ্যে প্রায় সমতল হইয়া উক্ত ড্রেণের দিকে অতি দ্রুত নিয়ত হওয়া উচিত। কিন্তু যেন এরূপ নীচ না হয় যে, তদ্বারা সেই গৃহে অবস্থান কালীন অশ্বের শরীরের কোন ভাগ উচ্চ বা নীচ বলিয়া উপলব্ধি হয়। কেননা সেরূপ হইলে অশ্বের পরিচালনকালীন পদ ভঙ্গ হইতে পারে এবং চাইলে বিশেষ দোষ ঘটে। অশ্বের ভোজন-পাত্র কাষ্ঠ অপেক্ষা লৌহ নির্মিত হইলেই ভাল হয়। অনেক বিলাসী অশ্ব-স্বামী সুন্দর ছোট ছোট লৌহ শিকল দ্বারা খানে বাধিবার কালে অথবা অল্প সময়ে অশ্বের পদ বন্ধন করিয়া রাখেন। ইহা অতীব অনিষ্ট-কর রীতি। যে অশ্ব কেবল তাহার পদ চতুষ্টয়ের নিমিত্তই মানুষের উপকারী জন্ত বলিয়া গণ্য এবং তাহার যে পদের অনিষ্ট হইলে সে আর কোন উপকারেই আইসে না, এই শৃঙ্খল বন্ধন দ্বারা অশ্বের সেই মহোপকারী পদকেই অকর্মণ্য করা হয়। ইহার জন্ত দড়া অথবা চর্ম ব্যবহার করাই প্রশস্ত। অশ্বের পদ কোন দৈবগতিকে বেদনা পাইলে অথবা ভঙ্গ হইলে যত দিন তাহা সম্পূর্ণরূপে আরোগ্য না হয়, ততদিন পর্যন্ত অশ্বপদোপযোগী চর্ম-বন্ধন (বুট) ব্যবহার করান উচিত।

অন্যকে দিনের মধ্যে দুই বারের অধিক জল পান করান কর্তব্য। কিন্তু বিশেষ পরিশ্রমের সময় অথবা অশ্ব গরমে উত্তেজিত হইলে সে সময়ে জল দেওয়া উচিত নহে। তাহাতে সর্দিগর্শি হইয়া অশ্ব হঠাৎ মারা পড়ে। বোধ হয় এ সাধারণ নিয়মটি সকলেই জানেন। তবে অনেক ধনীর সন্তান নাকি কোন কোন সময়ে এই অত্যাশঙ্ককীয় নিয়মটির প্রতি লক্ষ্য না রাখিয়া স্বীয় বাহনের কালস্বরূপ হইয়া উঠেন, তাই এই সহজ কথাটি এখানে বলিয়া রাখিলাম।

অন্যকে যেমন অতিরিক্ত পরিশ্রম করাইবার চেষ্টা করান অজ্ঞান, সেইরূপ প্রত্যহ পরিব্রাজক চাপ্রনা না করাও অহিত-কর এইরূপ দৈনিক পরিচালনা হইতে নিবৃত্ত করিয়া রাখিলে অশ্ব বেক্ষপ দ্রুত ও চঞ্চল হইয়া উঠে এবং ক্রমে অভ্যাস "চাইল" ভুলিয়া যায়, তাহা সকলেই জ্ঞাত আছেন।

দূষিত খাদ্য নিরূপণ ।

খাদ্য যে শারীরিক স্বাস্থ্যের প্রধান উপযোগী, সে কথার আন্দোলন সূসভ্য সমাজে নিশ্চয়োজ্ঞানীয়। আহারীয় দ্রব্যে পুষ্টি-কর পদার্থের সংযোগ বেরূপ আবশ্যকীয়—তাহাতে দূষিত পদার্থ না থাকা তদপেক্ষা সহস্র গুণে প্রয়োজনীয়। খাদ্য যত পুষ্টি-কর উপকরণেই প্রস্তুত হউক না কেন, যদি তাহাতে কোনরূপে অণু পরিমাণেও দূষিত পদার্থের সংযোগ থাকে, তবে তদ্বারা খাদ্যের সমুদয় গুণ বিনষ্ট হয় এবং দেহের বিলক্ষণ অপকার ঘটনা থাকে। আমাদের দেশে সাধারণতঃ খাদ্যের সূক্ষ্ম করণে যতদূর কৌশল ও যত্ন নিয়োজিত হয়, তাহার উপ-করণের পুষ্টিকারিতা ও পরিষ্কার সম্বন্ধে ততদূর মনোযোগ দেওয়া হয় না। সুতরাং আমাদের দেশের প্রায় অধিকাংশ খাদ্য সূক্ষ্ম হইয়াও সাতিসর অপকারী। দেশীয় পিষ্টক এবং মিষ্টান্ন যে সকল উপকরণে প্রস্তুত হইয়া থাকে তাহার অধিকাংশই অহিত-কর। আমাদের দেশে অসাময়িক মৃত্যু, দৈহিক দৌর্বল্য এবং নানাবিধ রোগের প্রধান কারণ এইরূপ দূষিত খাদ্যের ব্যবহার। এই সমুদয় হৃদয়-বিদারক অনিষ্টা-পাত নিবারণের একমাত্র প্রধান উপায় খাদ্য পদার্থের প্রতি সবিশেষ মনোযোগ রাখা। বিশেষতঃ গুলাউঠা প্রভৃতি ভয়ঙ্কর সংক্রামক পীড়ার আবির্ভাব কালে খাদ্যের প্রতি সবিশেষ দৃষ্টি প্রয়োগ যে, কতদূর প্রয়ো-জনীয় তাহা বলিয়া উঠা যায় না। কতিপয় প্রধান চিকিৎসক নির্দেশ-করিয়াছেন যে, দূষিত খাদ্যেই অনেক সময়ে এই ভয়ঙ্কর রোগের কারণ হইয়া উঠে, অথবা ইহার বিশেষ সহায়তা করে।

খাদ্যের সবিশেষ দোষ নির্ধারণ করিবার ক্ষমতা দ্রব্য-গুণ-ভেদে ব্যতীত সাধারণ লোকের থাকা অসম্ভব। কিন্তু বাজারের সাধারণতঃ এমন অনেক জিনিষ দূষিত উপাদানে প্রস্তুত হয় যে, সংসারী ব্যক্তি তাহা অনায়াসেই চিনিয়া লইতে পারেন। হালুইকারের দোকানের অনেক খাদ্য অধিক ভারী করিবার জন্ত বা অতিরিক্ত পরিমাণে সূক্ষ্ম করিবার নিমিত্ত যে

উপাদান নিয়োজিত হয় তাহা প্রায়ই অপকারী। সৌন্দর্য্য বৃদ্ধির নিমিত্তও একরূপ স্থলে অনাবশ্যকীয় অহিত-কর পদার্থ প্রয়োগে খাদ্যকে দূষিত করা হয়। আজি কালি আমাদের দেশীয় অনেক মহুরে সন্দেশ, মিঠাই প্রভৃতি দেশীয় খাদ্যে, সৌন্দর্য্য বৃদ্ধি করিবার নিমিত্ত রংবস্তুর আবরণ প্রদত্ত হয়। ইহাতে খাদ্যদ্রব্যে পাতিল্পয় দূষিত হয়। সেরূপ জিনিষ কোন বৈধেই ব্যবহার করা উচিত নহে। বরং একরূপ রীতি বাহাতে নিবাসিত হয়, তাহার উপায় বিধান করা সকল ভক্ত ব্যক্তির কর্তব্য। মিষ্ট দ্রব্যের সৌন্দর্য্য করণার্থে বা রঙের উৎকর্ষ সাধন জন্য সচরাচর দূষিত উপাদানের প্রয়োগ হইয়া থাকে। গৃহস্থমাজেরই এইরূপ খাদ্যের চাকুচিকোর প্রতি সতর্ক দৃষ্টি রাখা দরকার। একরূপ খাদ্য ব্যবহারের ফলে অনেক সময় হাতে হাতে পাওয়া যায় না সত্য। কিন্তু সেই অবশ্যজ্ঞাবী কুফল অজ্ঞাতসারে আমাদের স্বাস্থ্যের মূল ছেদন করে এবং চরমে ধ্বংসের কারণ হয়। এদেশে স্বত, হুঙ্ক, চিনি, ময়দা প্রভৃতি অপর ভোজ্য দ্রব্যে সচরাচর যে সকল দূষিত উপাদান প্রয়োগ করা হয়, অনেক সময় তাহা চিনিয়া উঠা যায় না। কোন কোন স্থলে দূরবীক্ষণের সাহায্যে যদিও চিনিয়া লওয়া যায় সত্য কিন্তু সে ব্যবস্থা অতি অল্প লোকের মধ্যেই থাকে। সুতরাং ক্রেতাকে সে অবস্থার নিজের অজ্ঞতা বা কৌশলের উপর নির্ভর করিতে হয়। একরূপ স্থলে একটু বিবাহ নমুনা লইয়া তাহার সহিত ক্রীত দ্রব্যের তুলনা দ্বারা বিশেষ-রূপে (নিজের সাধ্যমত) তন্ন তন্ন করিয়া পরীক্ষা করিয়া দেখাই প্রস্তুত।

মোকানের মিষ্ট দ্রব্য সচরাচর বিনা আবরণে খোলা স্থানে সঞ্চিত থাকে। তাহাতে বাহিরে কত ধূলা, পোকা, ছাই, ওষু যে আসিয়া পড়ে, তাহা যিনি কণকালের নিমিত্ত নিজ নয়ন ও রসনা সার্থক করিবার মানসে সেই মোকানের সম্মুখে দাঁড়াইরাছেন তিনিই জ্ঞাত আছেন। একরূপ খাদ্যে আবাক খিচুড়িকা ও ফলভেজার রস পায়ী মক্ষিকাগণ সময়ে সময়ে ঐ সকল রোগের বীজ ছড়াইয়া যায়। শুদ্ধপরি মক্ষিকাগণ খাদ্য দ্রব্যের মধ্যে সচরাচর নিজ নিজ অণু নিক্ষেপ করিতেও ক্রটি করে না। খাদ্যের সহিত ঐ অণু

উদরস্থ হইয়া এক প্রকার জিমির উৎপাদন করে। সেই জিমি স্বাস্থ্যের পক্ষে বিলক্ষণ অহিত-কর। এই সমস্ত নানা কারণে বাজারের খাদ্য-দ্রব্য ব্যবহার করা অপেক্ষা নিজ নিজ গৃহে খাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত করিয়া লইলে তাহা অন্ন ব্যয়ে অধিকতর স্বাস্থ্যকর হয়।

বাজারে সূচরূচর যে মাংস বিক্রীত হয় তাহা বিশেষ পরীক্ষা না করিয়া ব্যবহার করাও অসুচিত। কারণ মাংস ব্যবসায়ীগণ প্রায়ই শস্তা মূল্যে পাঁটা আদি ভোক্ষ্য জীব জর করিয়া থাকে। সে সকল জীব অনেক সময় বসন্ত প্রভৃতি পীড়াক্রান্ত বা শূণাল কুকুর দংশিত হইতে পারে। সেইরূপ জীবের মাংস যে স্বাস্থ্যের পক্ষে অতীব হানি-জনক তাহা বলা বাহুল্য। এই নিমিত্তই হিন্দু-শাস্ত্রকারেরা পূজায় বিনা বলিতে অর্থাৎ বৃথা মাংস ভক্ষণ করিতে নিষেধ করিয়াছেন। আর পূজায় পশুকাদি যে সকল জীব বলিদান করা যায়, তাহা ঐরূপ দূষিত হইলে চলে না। পূর্বোক্ত প্রকারের দূষিত এবং বাসী মাংস প্রায়ই রস-বিহীন ও বিতৃষ্ণ বোধ হয়। দোকানদারেরা কোন কোন স্থলে ক্রেতার চক্ষে ধূলি দিবার নিমিত্তও বাসী মাংসের সহিত তাজা মাংসের ভাঁজ দিয়াও থাকে, বিশেষ লক্ষ্য করিলে পূর্বোক্ত লক্ষণ দ্বারা উহা নির্বাচন করিতে পারা যায়।

গৃহস্থগণ অল্প ভাবেও অনেক সময়ে অহস্তে বিষ ভক্ষণ করিয়া থাকেন; আমরা অনেক সময় একরূপও দেখিয়াছি, কোন কোন গৃহস্থ খাদ্য দ্রব্যের প্রতি মায়া বশতঃ অতিরিক্ত খাদ্য দ্রব্য গৃহে গৃহীত বা প্রস্তুত হইলে উহা এককালে ব্যবহার করিতে না পারিয়া বাসী করিয়া আহার করিয়া থাকেন। সামান্য খাদ্যের মায়াতে যে জীবনের মায়ার পরিত্যাগ করা কতদূর মূর্থতার কাজ তাহা বুদ্ধিমান গৃহস্থমাত্রেই বুঝিতে পারেন। যে কোন প্রকার খাদ্যই হউক না কেন, তদ্বারা বধন স্বাস্থ্যের অগ্নিমালা অপকারের সম্ভব দেখা যাইবে, তখন তাহা বিতৃষ্ণ্য পরিত্যাগ করা কর্তব্য।

জীবনোপায় খাদ্য সমূহ বিষ সংযুক্ত হইলে—আমাদের প্রাচীন শাস্ত্র-কারদিগের মত অহুসারে যেরূপ লক্ষণাক্রান্ত হয়, তাহাও নিম্নে

সংক্ষেপে লিখিত হইতেছে। * গৃহস্থবর্ণের সে সকল কথা সর্বক্ষণ স্মরণ থাকা প্রয়োজন।

অন্ন বিধাক্ত হইলে বিলেপীর মত গাঢ় হয়। তখন উহার ফেণ-গালা কঠিন হয়; এবং সিক্ত হইতে অনেক সময় লাগে। এক্ষণ লক্ষণাক্রান্ত অন্ন হইলে ময়ুরের গলার ত্রায় এক রকম আভা বাহির হইতে থাকে; উহা দেখিতে বাসী ভাতের মত বোধ হয়। ঐ আভা গায়ে লাগিলে মুছা হইতে পারে এবং মুখ দিয়া লাল বাহির হয়। 'বিধাক্ত হইলে ভাতের স্বাভাবিক গন্ধ এবং রঙ থাকে না তখন উহা কাদার মত হইয়া যায়।

বিষ সংযুক্ত অন্ন আঙুণে ফেলিয়া দিলে গোলাকার হইয়া জলিতে থাকে এবং তাহা হইতে চট্চটে শব্দ বাহির হয় এবং কোন কোন সময়ে অগ্নির আদৌ লিখা থাকে না, আর কখন কখন অগ্নি হইতে ধূম নির্গত হয় এবং কখন কখন তাহা হইতে ময়ুর কণ্ঠের ত্রায় নানা বর্ণ সংযুক্ত আভা প্রকাশিত হইতে থাকে। বিধাক্ত অন্ন এইরূপে পরীক্ষা করা বিশদ এবং প্রশস্ত।

দাইল এবং অন্যান্য তরকারী বিধাক্ত হইলে ত্রায় শুষ্ক হয় এবং তাহার ঝোল ময়লা হইয়া যায়। সেই সকল তরকারীতে কম বা বেশী অন্ন সংযুক্ত প্রতিমূর্ত্তি দেখা যায় এবং কখনও বা তাহা আদৌ দেখা যায় না। আর তাহাতে ফেণা এবং বুড়বুড়ি নির্গত হইতে থাকে। শাক এবং মাংস বিধাক্ত হইলে ছিন্ন ভিন্ন এবং রস-হীন অন্নভূত হয়।

মাংসের যুথ বিধাক্ত হইলে তাহাতে নীল বর্ণের রেখা দেখা যায়। দুগ্ধ বিধাক্ত হইলে তাহাতে তামার রঙের দাগ দেখা যায়। বিষ সংযুক্ত হইলে সন্ধিতে জ্বাম বর্ণের রেখা, তক্রে হলুদ এবং কাল রঙের রেখা, দ্ব্যন্ত্রে জলের ত্রায় রেখা, মধ্য ও জলে কাল রঙের রেখা এবং মধুতে বিষ মিশ্রিত হইলে হরিষর্গের রেখা, তৈলে বিষ সংলগ্ন হইলে সূর্য্য রঙের রেখা

* বাগভট বা অষ্টাঙ্গ হৃদয় দেখ।

দেখা যায়। কাঁচা ফল বিযাক্ত হইলে পাকিয়া উঠে ও পাকা ফল বিযাক্ত হইলে পচিয়া যায়।

জীব জন্তুকে খাঁওরাইয়া বিযাক্ত পদার্থ নিরুণণ করিতে পারা যায়। বিযাক্ত ভাত খাইলে মাছি মরিয়া যায়, কাকের স্বর, ভাদিয়া আইসে, বিড়াল ব্যাকুল হইয়া বেড়ায়।

মহুঘের মুখে বিষ লাগিলে লাল পড়িতে থাকে, জিহ্বা এবং ঠোঁট জড়াইয়া আইসে, দাঁহ এবং কিস্ কিস্ ব্যথা হয়, দন্ত বিলীর্ণ হয়, জিহ্বা কোনরূপ তার পায় না এবং চোয়াল লাগিয়া আইসে।

এরূপ অবস্থা হইলে তৎক্ষণাৎ বিস্ত্র চিকিৎসকের আশ্রয় লওয়া কর্তব্য এবং বিষ-নাশক ঔষধ যত সম্ভব পাওয়া যায় তত শীঘ্র সেবন করা উচিত।

ভিত্তি বা বনিয়াদ।

বনিয়াদ অর্থাৎ গৃহাদি নির্মাণ করিতে হইলে, মাটির উপর হইতে দেওয়াল না গাঁথিয়া, মাটি খুঁড়িয়া উহার ভিতর হইতে গাঁথিয়া তুলিবার উদ্দেশ্য কি? বৃষ্টির জল বসিয়া বা অল্প কোন কারণে, দেওয়ালের নিম্ন-ভাগের মাটি শিথিল হইলে, অসমানরূপে বসিয়া পাছে উহা ফাটিয়া যায় কিম্বা হেলিয়া বা ভাদিয়া পড়ে, এই আশঙ্কায় এতদূর পর্য্যন্ত মাটি খুঁড়িয়া গাঁথা আবশ্যক যে, ততদূর ঐ সকল বিঘ্ন-কারক কারণ ঘটিবার কিছুমাত্র সম্ভাবনা না থাকে। যে মাটির উপর হইতে দেওয়াল গাঁথিতে আরম্ভ করিবে, উহা এরূপ শক্ত হওয়া আবশ্যক যে, উহা যেন তাহার উপরিস্থিত দেওয়াল ও ছাদ প্রভৃতির ভার অনায়াসে বহন করিতে পারে। যদি তাদৃশ শক্ত না হয় তাহা হইলে উপরিস্থ ভারবহনে অসমর্থ হইয়া মাটি বসিয়া যাইবে এবং দেওয়াল ফাটিয়া, হেলিয়া বা পড়িয়া যাইবে। এইজন্য বৃষ্টির জল প্রবেশ করিতে না পারে এতদূর খুঁড়িলেই যে যথেষ্ট হইল, এরূপ নহে; যতদূর পর্য্যন্ত উপযুক্ত কঠিন মাটি না পাওয়া যায়, ততদূর খুঁড়া অথবা অল্প কোন উপায়ে ঐ নরম মাটি শক্ত করিয়া লওয়া আবশ্যক।

বনিয়াদের উপরই গৃহাদির স্থায়িত্ব অধিক পরিমাণে নির্ভর করে। সুতরাং বনিয়াদ গাঁথিবার সময় বিশেষ সাবধানতার আবশ্যক। কিন্তু চুংখের বিষয় এই অনেকের একজন মনে করেন না। তাঁহাদের বিশ্বাস যে, মাটির নীচের পানি একরূপ হইলেই হইল, উপরে ভাল করিয়া গাঁথা আবশ্যক। কিন্তু ইহা যে সম্পূর্ণ ভুল তাহা বলিবার আবশ্যক নাই— গোড়া কাটির আগায় অল প্রদান যে নিরর্থক তাহা বলা নিশ্চয়োক্তন।

অধিকাংশ গৃহস্থই আপনার মতামতসারে গৃহাদি নির্মাণ করেন; এতিনিয়াদের সাহায্য গ্রহণ করেন না এবং অনেক স্থানে উহা পাইবারও সুবিধা নাই। সুতরাং বনিয়াদ (বাহার দোবে গৃহাদি কাটিয়া, হেলিয়া বা পাকিয়া যায়) কতদূর খুঁড়িতে এবং উহা কত প্রশস্ত করিতে হইবে সকলেরই ইত্যাদি বিষয়ে কিছু কিছু জ্ঞান আবশ্যক। এ সম্বন্ধে স্থল স্থল জ্ঞাতব্য বিষয় নিম্নে লিখিত হইতেছে।

বঙ্গদেশে বৃষ্টির জল, সাধারণতঃ মাটির নীচে এক বা দেড়হাতের অধিক প্রবিশ্তি হয় না; সুতরাং এদেশে সাধারণ বাটী নির্মাণ করিতে হইলে, বনিয়াদ দুই হস্ত খুঁড়িলেই যথেষ্ট হয়। কিন্তু দুই হস্ত নীচে যদি ভাল মাটি না मिलে, তাহা হইলে বতদূর না ভাল মাটি পাওয়া যায়, ততদূর খুঁড়িতে হইবে। ভরাট মাটি, অভিশয় বালি মিশ্রিত মাটি, কাঁপা মাটি কোনরূপ শিথিল মাটি বা কর্দময় মাটি না হইলেই তাহাকে ভাল মাটি বলিয়া গণ্য করিতে হইবে। যদি অল্প নীচে ভাল মাটি পাওয়া না যায় এবং বতদূর নীচে ভাল মাটি मिलে ততদূর খুঁড়িয়া ভরাট গাঁথিয়া তুলিতে অধিক ব্যয় হয়, তাহা হইলে অল্প ব্যয়ে ও সহজে বনিয়াদ গাঁথিবার একটি নিয়ম নিম্নে লিখিত হইতেছে।

(১) যদি বনিয়াদের অল্পপযুক্ত মাটি তুলিয়া ফেলিয়া, ভাল মাটি বাহির করা অধিক ব্যয়-স্বাধ্য ও কষ্টকর না হয়, তাহা হইলে ঐ মাটি উঠাইয়া ফেলিয়া, ভাল মাটির উপর আন্দাজ এক হস্ত উর্দ্ধে ভরাট গাঁথিয়া মাঝে মাঝে পিন্ধা উঠাইতে হয়। পরে ঐ পিন্ধা সকলের সাথায় সাথায় খিলান করিয়া, তাহার উপর নিয়ম মত গাঁথিয়া যাইতে হয়।

ঐ খিলানগুলি সম্পূর্ণরূপে মাটির ভিতর থাকা আবশ্যক এবং মধ্যের ও পার্শ্বের স্থানগুলি মাটি দ্বারা উত্তমরূপে ভরাট করিয়া দিতে হয়।

(২) যদি নরম মাটি এতদূর নিম্ন পর্য্যন্ত থাকে যে, উহা একেবারে উঠান অতিশয় ব্যয় সাপেক্ষ ও কষ্ট-কর, তাহা হইলে অল্পমাত্র খুঁড়িয়া এক বা দেড়হস্ত অন্তর সগত বনিয়াদের ভিতর কূপ খনন করিতে হয়। ঐ কূপের নিম্নভাগ, যতকণ না ভাল মাটি স্পর্শ করে, ততদূর খনন করিতে হয়। পরে উহা চূণ ও হরকি মিশ্রিত ধোয়া দ্বারা পরিপূর্ণ করিয়া উত্তমরূপে হুর্শুশ করিতে হয়। প্রথমে এক ফুট আন্দাজ ধোয়া ফেলিয়া হুর্শুশ করিতে হয়। উহা উত্তমরূপে বসিলে, তাহার উপর আবার ঐ পরিমাণে ধোয়া ফেলিয়া, সেইরূপ পিটাইতে হয়। এইরূপে স্তরে স্তরে পিটাইয়া কূপটি পরিপূর্ণ করিতে হয়। নতুবা একেবারে ধোয়া দ্বারা পূর্ণ করিয়া পিটাইলে উহা শক্ত হয় না। কূপের উপরিভাগ মাটির কিছু নীচে থাকা আবশ্যক। অনন্তর ঐ সকল কূপে কূপে খিলান করিয়া তাহার উপর হইতে ভরাট গাঁথিয়া তুলিতে হয়, খিলানগুলি সম্পূর্ণরূপে মাটির নীচে থাকা আবশ্যক।

(৩) কূপ খনন না করিয়া, দুই হস্ত পরিমিত বনিয়াদ খুঁড়িয়া, তাহার ভিতর সাল, সেগুন, স্ত্রন্দরী বা অল্প কোন শক্ত কাষ্ঠের মোটা মোটা খুঁটি কাছাকাছি পুতিয়া, ঐ সকলের মাথা বনিয়াদের নিম্নভাগের সহিত সমান করিয়া কাটিতে হয়। ঐরূপ কাছাকাছি কাষ্ঠ পুতিলেই সেই স্থান শক্ত হইয়া উঠে, এবং তাহার উপর হইতে গাঁথিয়া তুলিলে, দেওয়াল কাটিবার কোন আশঙ্কা থাকে না।

(৪) কেহ কেহ উক্তরূপে খুঁটি না পুতিয়া, বাহাছরি বা অল্প কোন কাষ্ঠ বনিয়াদের নীচে ফেলিয়া তাহার উপর হইতে গাঁথিয় তুলেন। ইহাও মন্দ নহে, কিন্তু ইহা অপেক্ষা ক্ষতীর নিয়মটি ভাল।

(৫) যদি বনিয়াদের ধোয়া স্থানে গভীর কূপ বা গর্ত থাকে, তাহা হইলে উহা উপরোক্তরূপ ধোয়া বা মাটি দ্বারা পুরাইয়া, উহার এক পার্শ্বস্থ ধোয়া গাঁথনির উপর হইতে অপর পার্শ্বের গাঁথনির উপরে খিলান করিয়া

তাহার উপর হইতে গাঁথিয়া যাইতে হয় । একরূপ করিবার উদ্দেশ্য এই যে, উপরের ভার ঐ গর্তে কিছুমান না পড়ে । গর্তটী ভালরূপে পুরাইবার উদ্দেশ্য এই যে, পার্শ্বের জমি, (যাহার উপর খিলান থাকিবে) উপরের গর্তের ভিতর ঢসিয়া না পড়ে । খিলানটী ঠিক যেন মাটির উপর পঁথা না হয় । অন্যান্য এক হস্ত ভরাট গাঁথিয়া তাহার উপর খিলান করা উচিত । কূপ বা গর্তটী তাদৃশ গভীর না হইলে উহার তলা হইতে গাঁথিয়া উঠান ভাল ।

(৬) যদি বনিয়াদের নীচের জমি তাদৃশ মন্দ না হয়, তাহা হইলে প্রথমতঃ অন্যান্য অর্দ্ধ হস্ত পরিমিত খোয়া (উত্তমরূপে পিটাইয়া যেন অর্দ্ধ হস্ত পূর থাকে) দিয়া তাহার উপর সরু সরু লোহের হাল লম্বালম্বি বিছাইতে হয় । অনন্তর চারি থাক ইট গাঁথিয়া তাহার উপর পুনরবার ঐরূপে হাল বিছাইতে হয় । এইরূপে প্রতি চারি থাক ইটের উপর ঐরূপে লোহের হাল পাতাইয়া গাঁথিয়া যাইলে দেওয়াল বসিবার অতি অল্প সম্ভব থাকে ; এবং কিঞ্চিৎ বসিলেও উহা সমভাবে বসে, স্ততরাং ফাটিবার বা ভাঙ্গিবার আশঙ্কা থাকে না ।

কোন কোন স্থানে মাটির নীচে অলক্ষিতরূপে অনেক গর্ত থাকে । উহা পরীক্ষা না করিয়া তাহার উপর গাঁথিয়া তুলিলেই উপরের ভারে ঐ স্থান বসিয়া যায় । এইজন্য বনিয়াদ খুঁড়িয়া উহা উত্তমরূপে পিটাইয়া দেওয়া উচিত । পিটাইলে নিম্নস্থ গর্ত জানিতে পারা যায় । না পিটাইয়া, জল ঢালিয়া দিলেও সেই উদ্দেশ্য সাধিত হয় । বনিয়াদে কিঞ্চিৎ জল ঢালিয়া দিলে, যদি উহার নীচে গর্ত থাকে তাহা হইলে জল সেই-গর্তে প্রবেশ করে ।

ভরাট মাটির উপর বনিয়াদ করা কোনরূপে উচিত নহে । যদি বনিয়াদ ফাটিবার কালে, অসাবধানতা বশতঃ কোন স্থানে অধিক গভীর হইয়া যায়, তাহা হইলে উহা মাটি দিয়া না পুরাইয়া গাঁথিয়া বা খোয়া দিয়া ভরাট করা উচিত ।

বালুকাময় মাটির উপর ভার পড়িলে, বালিগুলি পার্শ্বে স্থান পাইলে

সেই দিকে সরিয়া যায়। এইজন্ত নিকটে পুকুরিণী বা বড় গর্ত থাকিলে এইরূপ মাটির উপর গৃহাদি নির্মাণ করা উচিত নহে ; কারণ উপরের ভারে বালি সরিয়া যাইলে, দেওয়াল অসমানরূপে বসিবার, স্তূতরাং ফাটিবার বিশেষ সম্ভাবনা কিন্তু যদি বাধা হইয়া এইরূপ স্থানেই বাটা নির্মাণ করিতে হয়, তাহা হইলে বনিয়াদের পার্শ্বে উক্ত পুকুরিণী বা গর্তাদির অভিমুখে এক বা দুই সারি কাষ্ঠের খুঁটি গায়ে গায়ে অনেক নীচে পর্য্যন্ত পুতিতে হয়। এইরূপ করিলে ঐদিকে বালি সরিয়া যাইতে পারে না।

বনিয়াদ কত গভীর করিতে হইবে, উপরে কেবল এই বিষয়ই লিখিত হইল। কিন্তু বনিয়াদ উপযুক্ত গভীর হইলেই যে যথেষ্ট হইল, এরূপ নহে। বনিয়াদের গভীরতা অপেক্ষা, উহার প্রস্থের উপর গৃহাদির স্থায়িত্ব অধিক নির্ভর করে। মাটি তাদৃশ ভাল না হইলেও, যদি বনিয়াদ অপেক্ষাকৃত অধিক প্রস্থ করা যায়, তাহা হইলে উপরের ভার, অধিক স্থানে ছড়াইয়া পড়ায় মাটি সহজে বসিতে পারে না ; স্তূতরাং গৃহাদি ফাটিবারও বিশেষ আশঙ্কা থাকে না। যেমন নরম মাটিতে লাঠির আগা সহজেই বসিয়া যায় ; কিন্তু ঐ মাটির উপর দাঁড়াইলে, পা তত সহজে বসে না। এবং একখানি বড় তক্তা ফেলিয়া, তাহার উপর দাঁড়াইলে, উহা কিছুমাত্র বসে কি না সন্দেহ, সেইরূপ যে মাটিতে বনিয়াদ সুরু করিলে, দেওয়াল বসিবার সম্ভব থাকে, সেখানে বনিয়াদ অপেক্ষাকৃত প্রস্থ করিলে, দেওয়াল বসিবার আশঙ্কা থাকে না। অনেক মনে করেন, যে মাটির ভিতরে গাঁথনি অধিক প্রস্থ করা নিম্নপ্রয়োজন, কিন্তু উপরোক্ত কারণে, তাঁহাদের সে বিশ্বাসটী যে নিতান্ত প্রমোদক, তাহাতে আর সন্দেহ নাই।

বনিয়াদে কত ভার পড়িবে এবং উহার মাটি, কত ভার বহন করিতে সক্ষম, তাহা বিশেষরূপ পরীক্ষা করিয়া, বনিয়াদের প্রস্থ নিরূপণ করিতে হয়, কিন্তু স্থপতি বিদ্যায় বাহাদের বিশেষ অভিজ্ঞতা নাই, এইরূপ করা তাঁহাদের পক্ষে অসম্ভব। এইজন্ত বনিয়াদের প্রস্থের একটি স্থূল নিয়ম নিয়ে লিখিত হইল।

বঙ্গদেশের মাটি তাদৃশ শক্ত নহে। এদেশে সাধারণ মাটির উপর

গৃহাদি নির্মাণ করিতে হইলে, উহার প্রথম তলের দেওয়ালের ভিত্তি বা প্রস্থ যত, বনিয়াদের প্রস্থ, উহা অপেক্ষা একফুট আট ইঞ্চ (অর্থাৎ দুইখানি ইটের দৈর্ঘ্য) অধিক করা উচিত । মাটি বিশেষ শক্ত হইলে, বনিয়াদের প্রস্থ অপেক্ষাকৃত কম দিলে চলিতে পারে, এবং উহা বালুকাময় বা অল্প কোন কারণ বশতঃ খারাপ হইলে, বনিয়াদের প্রস্থ, বিবেচনা করিয়া অপেক্ষাকৃত অধিক দিতে হয় । কিন্তু উক্ত প্রস্থ রাখিয়া যে, মাটির নিম্নের সমস্ত গাঁথনি গাঁথিতে হইবে একরূপ নহে । প্রথমে ঐ প্রস্থে, একফুট উর্দ্ধে গাঁথিতে হইবে । এই একফুট পাকা গাঁথনি না গাঁথিয়া, চূণ, স্মরকি ও ধোয়া দিয়া, ঘর্ষ করিলে বরং ভাল হয় । কারণ একরূপ করিলে সমস্ত গাঁথনিটী জমিয়া একখানি প্রস্তর খণ্ডের জায় শক্ত হয় । পরে ঐ একফুট গাঁথনি বা ধোয়ার উপর, প্রত্যেক ধারে আড়াই ইঞ্চ (একুনে পাঁচ ইঞ্চ অর্থাৎ একখানি ইটের প্রস্থ) বাদ দিয়া, আবার একফুট উর্দ্ধে গাঁথিতে হয় । অনন্তর উহার উপর পূর্বের জায় প্রতিবারে আড়াই ইঞ্চ কাটান দিয়া আবার একফুট গাঁথিতে হয় । তৎপরে আবার পূর্বের জায় কাটান দিয়া গৃহের মেজের সমতল পর্য্যন্ত গাঁথিয়া তুলিয়া, আবার প্রতিপাঁর্খে আড়াই ইঞ্চ করিয়া কাটান দিয়া, প্রথম তলের দেওয়ালের পত্তন দিতে হয় । মাটির ভার-বহু শক্তির ন্যূনাধিক্য অনুসারে, বনিয়াদের প্রস্থ অপেক্ষাকৃত অধিক বা অল্প হইলে, গাঁথনির কাটানের সংখ্যা একরূপে নির্ণয় করিতে হইবে, যেন মাটির উপরের গাঁথনির প্রস্থ, গৃহের প্রথম তলের দেওয়ালের প্রস্থ অপেক্ষা পাঁচ ইঞ্চ মাত্র অধিক থাকে ।

প্রথম তলের দেওয়ালের ভিত্তি না জানিলে, উপরোক্ত নিয়মানুসারে বনিয়াদের প্রস্থ ঠিক করিতে পারা যায় না । প্রথম তলের দেওয়ালের ভিত্তি স্থির করিবার নিয়ম, আমরা এ প্রবন্ধে লিখিব না । ভবিষ্যতে লিখিবার আশা রহিল ।

উল্লিখিতরূপে গভীরতা ও প্রস্থ স্থির করিয়া বনিয়াদ কাটিলে, উহার নিম্নভাগ সাবধানের সহিত সমতল করা উচিত । চালু বনিয়াদের দোষ এই যে, ইহার উপরিস্থ গাঁথনি নিম্নাভিমুখে সরিয়া যাইবার চেষ্টা করে ;

সুতরাং উক্ত গাঁথনি ফাটিয়া বা পড়িয়া যাইবার বিশেষ সম্ভাবনা। পুরুরিণীর ঘাট বা নিতাস্ত ঢালুস্থানে গৃহাদি নির্মাণ করিতে হইলে উহার বনিয়াদি, ঐ স্থানের স্তায় ঢালুরূপে না কাটিয়া, সিঁড়ির ধাপের স্তায় থাক থাক করিয়া ক্রমশঃ নিম্নরূপে সমতলভাবে কাটা উচিত। গাঁথিবার কালে, ইটগুলি ইহার উপর যেন সমতল ভাবে থাকে—ঢালু হইলে গাঁথনির দৃঢ়তার অনেক হ্রাস হয়।

বৃহৎ বৃহৎ গৃহাদি নির্মাণের কিয়ৎকাল মধ্যে, কিছু না কিছু বসিয়া থাকে। যাহাতে অণুমাত্র বসিতে না পারে বনিয়াদের উদ্দেশ্য একরূপ হইলেও, উহাতে কৃতকার্য হওয়া অতীব দুঃকর। সমভাবে সমস্ত বাটী বসিলে তাহাতে বিশেষ ক্ষতি নাই; কিন্তু অসমানরূপে অল্প বসিলেই দেওয়াল ফাটিয়া বা হেলিয়া যায়। এইজন্য গৃহাদি অল্প বসিলেও, যাহাতে সমভাবে বসে, একরূপে বনিয়াদের প্রস্থ ও গভীরতা নির্ণয় করা উচিত।

লিখিবার কালি।

লিখিবার জন্য কাল, লাল এবং নীল প্রভৃতি নানা বর্ণের কালি ব্যবহৃত হইয়া থাকে। এই সকল কালির মধ্যে কাল কালিরই আদর অধিক; অর্থাৎ অধিকাংশ লিখনে এই কালি ব্যবহৃত হইয়া থাকে। লিখিবার কালি যত তরল অর্থাৎ পাতলা হয়, ততই উত্তম। ঘন কালি লিখন অপেক্ষা চিত্র-কার্যে সমধিক উপযোগী। কালি প্রস্তুত সম্বন্ধে ভিন্ন ভিন্ন স্থানে ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। পূর্বে আমাদের দেশে যে প্রকার কালি প্রস্তুত হইত এবং সেই কালিতে যে সকল লিখন কার্য সম্পন্ন হইত, এক্ষণে তাহার আদর হ্রাস হইয়া বিলাতী কালির ব্যবহার বৃদ্ধি হইয়া আসিতেছে। বিলাতী কালির একটা গুণ এই যে, উহা লিখিবার সময় জলের ন্যায় লেখনী চালিত করিয়া দেয়, যত গুরু হইতে থাকে ততই উহার রং ফুটিয়া আইসে ও দীর্ঘকাল পর্যন্ত অবিকৃত থাকে এবং উহা ঘামিয়া অথবা অন্য কোন প্রকারে দাগ লাগে না।

লচরাচর ভাল বিলাতী কালি প্রস্তুত করিতে হইলে মাজু ফল, হীরাকস্, গঁদ, বকম কাঠ এবং জল ব্যবহার হইয়া থাকে। বকম কাঠে রং ঘন, হীরাকস্ ও মাজু ফলে বর্ণ কাল, জলে তরলতা এবং গঁদে চাক্চিক্য হয়। ভাল কালি না হইলে কিছুদিন পরে কাল রং উঠিয়া গিয়া লাগ্ছে রং থাকিয়া যায়। একন্য লিখিবার পক্ষে ভাল স্থায়ী কালি প্রস্তুত করাই সুপরামর্শ।

কালি প্রস্তুত করা অতি সহজ কার্য। মনে করিলে প্রত্যেক গৃহস্থই স্ব স্ব ব্যবহারোপযোগী কালি প্রস্তুত করিয়া লইতে পারেন। যে যে নিয়মে এবং যে যে উপকরণ দ্বারা কালি প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা উল্লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাজুফল (ছেঁটিয়া)	এক সের।
গঁদ	এক পোয়া।
হীরাকস্	এক পোয়া।
বকম কাঠ	এক পোয়া।
জল	আধ মণ।

মাজুফল ও বকম কাঠ এক ঘণ্টা পর্যন্ত জলে উত্তমরূপ সিদ্ধ করিতে হইবে। উহা সুসিদ্ধ হইলে তাহাতে গঁদ দিতে হইবে এবং সর্ব শেষে হীরাকসের গুঁড়া দিলেই কাল কালি প্রস্তুত হইল।

প্রকারান্তর।—ফুটন্ত জলে মাজুফল ও বকম কাঠ কুড়িদিন পর্যন্ত ভিজাইয়া রাখিয়া পরে তাহাতে গঁদ ও হীরাকস দিলেই লিখনোপযোগী কালি প্রস্তুত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

বকম কাঠের জল	হাজার ভাগ।
ক্রমেট অফ পটাস্	এক ভাগ।

বকম কাঠের ভাগ অধিক পরিমাণে লইয়া তদ্বারা জল প্রস্তুত করিতে

হইবে। ঐ জলে ক্রমেট অফ পটাস্ মিশ্রিত করিলে অতি উৎকৃষ্ট ব্ল্যাক্ কালি প্রস্তুত হইবে। উহাতে কোন প্রকার অম্লরস পড়িলেও উহার দাগ উঠিবে না এবং ধীরে ধীরে লিখিলে উহা ক্ষয় হইবে না।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

হরিতকী	আধ সের।
চৌরী	আধ সের।
মাজুফল	এক সের।
হীরাকসের গুঁড়া	এক পোয়া।
নীল বড়ির গুঁড়া	আধ পোয়া।
জল	আধ মণ।

হীরাকস্ ও নীল বড়ি ভিন্ন লিখিত মসলাগুলি উত্তমরূপে সিদ্ধ কর, এবং সেই জলে কুড়িদিন পর্যন্ত উহা ভিজাইয়া রাখ। পরে তাহাতে নীল বড়ি ও হীরাকস্ দিয়া ছাঁকিয়া লও। অতি উত্তম ব্ল্যাক্ কালি প্রস্তুত হইবে।

প্রকারান্তর। গরম জলে মাজুফল ভিজাইয়া তাহাতে অল্প পরিমাণ ভেনেডেট অফ্ এমোনিয়া মিশাইলে যে উৎকৃষ্ট কালি হইবে, তদ্বারা যাহা লেখা যাইবে, দীর্ঘকালেও তাহা নষ্ট হইবে না অর্থাৎ বর্ণের ব্যতিক্রম ঘটবে না। কেহ কেহ এই কালিকে চিরস্থায়ী কালিও কহিয়া থাকেন।

রঞ্জিণ কালি ।

যে কোন রঙের কালি প্রস্তুত করিতে হইলে সেই সকল রঙের উপকরণ জলে ভিজাইয়া তাহাতে একটু ফটকিরি ও গাঁদ মিশাইলে সেই সেই রঙের কালি প্রস্তুত হইবে।

বাজারে যে সকল রঙ বিক্রীত হইয়া থাকে, অর্থাৎ যদ্বারা বস্তাদি রঞ্জিণ করা হয়, সেই সকল রঙ জলে গুলিয়া তাহাতে আবশ্যক মত গাঁদ ও ফটকিরি মিশাইয়া লইলেও রঞ্জিণ কালি প্রস্তুত হইবে।

লিখিতরূপ নিয়ম জানা থাকিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই স্ব স্ব ইচ্ছানু-

সারে লাল, সবুজ এবং বেগুনে প্রভৃতি বর্ণের কালি প্রস্তুত করিয়া লিখন কার্য সম্পন্ন করিতে পারেন।

বেগুনে কালি।

বকম কাষ্ঠের সিদ্ধ জলে ফটুকির মিশাইলে বেগুনে কালি প্রস্তুত হইবে।

লাল কালি।

ক্রিম্‌দানা।	আধ ছটাক।
গরম জল	আধ সের।
লাইকার এমোনিয়া	আধ ছটাক।

গরম জলে ক্রিম্‌দানা ভিজাইয়া রাখিবে। যখন দেখিবে উহা শীতল হইয়াছে, তখন আধ পোয়া জলে লাইকার এমোনিয়া মিশাইয়া দিবে। অনন্তর এক সপ্তাহ পরে উহা ছাঁকিয়া লইবে, দেখিবে উত্তম লাল কালি প্রস্তুত হইয়াছে। তালিকায় জলের যে পরিমাণ লিখিত হইয়াছে, এমোনিয়া গুলিতে স্বতন্ত্র জল না লইয়া ঐ জলের মধ্য হইতে লইতে হইবে।

হরিদ্রা রঙের কালি।

গাধুজ (আধগুঁড়া)	আধ ছটাক।
গরম জল	তিন ছটাক।
স্ট্রীট	দেড় কাঁচা।

প্রথমে গরম জলে গাধুজ ভিজাইবে। উহা * উত্তমরূপে ভিজিলে তাহাতে স্ট্রীট দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইবে, হরিদ্রা রঙের কালি প্রস্তুত হইবে।

সোণালী বা সোণা রঙের কালি।

গঁদের জলে সোণার * স্তবক বা গুঁড়া উত্তমরূপে মাড়িয়া লইলেই এই কালি প্রস্তুত হইবে।

* ডাকের সাজে উহা ব্যবহার হইয়া থাকে।

গুঁড়া কালি ।

মাজুফল	আধ পোয়া ।
হীরা কস	* আধ ছটাক ।
গঁদ	আধ ছটাক ।
চিনি (পরিস্কৃত)	দেড় কাঁচা ।

উপরি লিখিত দ্রব্যগুলি উত্তমরূপে রোদ্রে শুষ্ক কর। পরে প্রত্যেক দ্রব্য খিচ-শূভ্রভাবে গুঁড়া করিয়া লও। এখন সমুদায় গুঁড়া বা চূর্ণ এক সঙ্গে মিশাও। এই মিশ্রিত চূর্ণ সমান তিনটি ভাগে বিভক্ত করিয়া পৃথক পৃথক মোড়ক কর এবং আবশ্যক হইলে আধ সের জলে এক একটা ভাগ গুলিয়া লইবে, অতি উৎকৃষ্ট লিখিবার কালি প্রস্তুত হইবে।

যাঁহারা সর্বদা বিদেশে যাতায়াত করিয়া থাকেন, এই গুঁড়া তাঁহাদের পক্ষে বিশেষ সুবিধাজনক। কারণ প্রয়োজন হইলেই কালি প্রস্তুত করিয়া লইতে পারিবেন।

দেশী কালি ।

প্রথমে ভূষা বেশ করিয়া মাড়িতে থাক। পরে তাহাতে গঁদের জল দিয়া পুনর্বার মাড়িয়া লও। যখন দেখা যাইবে যে, উহা উত্তম মিশ্রিত হইয়াছে, তখন তাহাতে চাউল চুয়ান জল মিশাইয়া লইবে, দেশী কালি প্রস্তুত হইল।

অদৃশ্য কালি ।

আমোদ প্রমোদ জন্ত এক প্রকার কালি ব্যবহৃত হইয়া থাকে। এই কালির একটা আশ্চর্য্য গুণ যে, লিখিবার সময় কিম্বা পড়িবার কালে আদৌ হরপ দেখা যায় না। সকলই অদৃশ্য থাকে, পরে তাহাতে উত্তাপ কিম্বা অগ্নি কোন দ্রব্যের সংযোগ করিলেই হরপ প্রকাশিত হয় এবং ঐ সংযোগ পৃথক করিলেই আবার অদৃশ্য হইয়া থাকে, এইজন্য এই কালিকে অদৃশ্য কালি কহে। অদৃশ্য কালি প্রস্তুত করা অতি সহজ, মনে করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা প্রস্তুত করিয়া লইতে পারেন। যে

নিয়মে এই কৌতুক-জনক কালি প্রস্তুত করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে।

সমভাগ মিষাদল ও তুতে জলে গুলিয়া তদ্ধারা লিখিলে উহা দেখা যাইবে না। পাঠ করিবার সময় তাহাতে আঁগুণের তাতে লাগাইলেই হরপ প্রকাশ হইবে এবং শীতল হইলেই পুনরবার পূর্ববৎ অদৃশ্য হইবে।

পিয়াজের রসে লিখিয়া উক্ত নিয়মানুসারে আমোদ করিতে পারা যায়।

মাজুফলের জলে লিখিয়া তাহাতে হীরাকসের জল লাগাইলেও হরপ বাহির হইবে। আবার হীরাকসের জলে লিখিয়া মাজুফলের জল দিলেও ঠিক ঐরূপ হইবে।

সোরা ও লবণ জলে গুলিয়া লিখিলে অদৃশ্য হইবে, পঠনকালে উহাতে অগ্নির উত্তাপ লাগাইলে হরিদ্রা বর্ণের হরপ দেখা যাইবে।

ক্লোরাইড্ কিম্বা লাইক্রোমিউরিয়েট্ অফ কোবল্ট জলে গুলিয়া লিখিলে আদৌ দেখা যাইবে না, আঁগুণের তাতে উহা সবুজ বর্ণের হরপ দেখা যাইবে এবং শীতল হইলে পুনরায় অদৃশ্য হইবে।

ম্যাসিটেট অফ কোবল্ট জলে গুলিয়া তাহাতে কিছু সোরা মিশাইয়া লিখিলে অদৃশ্য হইবে এবং আঁগুণের তাতে গোলাপী রঙের বর্ণ দেখা যাইবে। শীতল হইলে অদৃশ্য হইবে।

ক্লোরাইট অফ কোবল্ট ও ক্লোরাইট অফ নিকেল জলে গুলিয়া লিখিলে কোন প্রকার বর্ণ দেখা যাইবে না, পড়িবার সময় লেখার উপর আঁগুণের তাতে দিলে সবুজ বর্ণের অক্ষর দেখা যাইবে।

কালি প্রস্তুত সম্বন্ধে যে সকল উপকরণ লিখিত হইল, তৎসমুদায় বেনের দোকানে এবং ডিস্পেন্সরীতে পাওয়া যায়। মূল্য অধিক নহে, স্মরণীয় ইচ্ছা করিলে সকলেই উহা প্রস্তুত করিতে পারেন।

কালি গৃহস্থদিগের নিত্য ব্যবহার্য্য সামগ্রী। অতএব যাহা সর্বদা ব্যবহারে লাগিয়া থাকে, তাহার জন্ত পর-মুখাপেক্ষী হওয়া অত্যন্ত লজ্জার বিষয়।

ভূমি বা মৃত্তিকা ।

যে কোন প্রকার কৃষি-কার্য্য করিতে হইলে সৰ্ব্বাঙ্গে মৃত্তিকা নির্বাচন করিয়া লইতে হয়। কারণ মৃত্তিকার উপরেই কৃষি কার্য্যের জীবন নির্ভর করিয়া থাকে। মৃত্তিকা যে পরিমাণে উর্বরা হইবে, কৃষি-জাত দ্রব্যও যে, সেই পরিমাণে উৎপন্ন হইয়া কৃষকের আশা পূর্ণ করিবে, ইহা যেন প্রত্যেকের মনে জাগরিত থাকে। মৃত্তিকাই কৃষি কার্য্যের প্রধান সম্বল, কৃষকের যাবতীয় আশা ভরসা মৃত্তিকা গর্ভে নিহিত বিবেচনা করিয়া চাষ আবাদে প্রবৃত্ত হওয়া কর্তব্য। কি উপায়ে সাধারণে মৃত্তিকার স্থূল স্থূল বৃত্তান্ত জানিতে পারেন, এস্থলে তাহার পরিচয় লিখিত হইতেছে।

মৃত্তিকার মধ্যে যদিও ভিন্ন ভিন্ন প্রকার প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে, কিন্তু সাধারণতঃ উহা দুই ভাগে বিভক্ত; অর্থাৎ চিকণ ও বালুকা। চিকণকে সচরাচর আটালু বা এটেল এবং বালুকাকে বালি বা বলেও কহিয়া থাকে। এই উভয় প্রকার মৃত্তিকার সংযোগে ভিন্ন ভিন্ন প্রকার মৃত্তিকা উৎপন্ন হয়। -

কেবলমাত্র আটালু কিম্বা বেল মাটিতে প্রায়ই কোন প্রকার চাষ আবাদ চলে না। আটালু বা চিকণ মৃত্তিকার লক্ষণ—তাহার কাদা গায়ে লাগিলে আঠার মত লাগিয়া থাকে, জল দিয়া ঘর্ষণ না করিলে উঠে না, প্রথর রৌদ্রেও হটাৎ উত্তপ্ত হয় না, যাহা স্বভাবতঃ অত্যন্ত কঠিন এবং উপরে জল পড়িলে নিম্নে তাহার শোষণের শক্তি না থাকে, তাহাকেই আটালু মৃত্তিকা কহে।

যে মৃত্তিকা রৌদ্রে সহসা অত্যন্ত উত্তপ্ত হইয়া উঠে, শরীরে লাগাইয়া দিলেও পড়িয়া যায় এবং জল ধারণ করিতে পারে না, উপরে জল পতিত হইলে তাহা মৃত্তিকার নিম্নে প্রবেশ করাইয়া দেয়, তাহাকে বালুকা বা বেল মাটি কহে।

চিকণ ও বালুকা মিশ্রিণে যে মৃত্তিকা উৎপন্ন হয়, তাহা আবার সাধারণতঃ চারিভাগে বিভক্ত যথা ধিয়ার, পলি, দৌয়াশ এবং চড়া।

ধিয়ার।—যে মৃত্তিকার ভালরূপ বৃষ্টি না হইলে প্রায়ই চাষ চলে।

না, মৃত্তিকা স্বভাবতঃই অত্যন্ত কঠিন, এমন কি লাল্লল কর্ষণেও কষ্ট বোধ হয়, চাষের পূর্বে কোদাল দ্বারা ভূমি খনন করিয়া চাষ করিতে হয় এবং বৃষ্টি হইয়া মৃত্তিকা কোমল হইলে তাহা কর্ষণ করিতে পারা যায়, তাহাকে থিয়ার কহিয়া থাকে। এই মৃত্তিকায় চিক্কণের ভাগ অধিক এবং বালুকার ভাগ অল্প।

পলি।—পলি মাটিতে সহজেই লাল্লল কর্ষণ করিতে পারা যায়। কারণ উহার উপরি ভাগের মৃত্তিকা রসাল থাকে, সুতরাং ততটা কঠিন হয় না, নিম্নে বেলে মাটি থাকে এবং উপরিকার মৃত্তিকাতে চিক্কণ ও বালুকা সমভাগে মিশ্রিত থাকে, তাহাকে পলি মাটি কহে। জলাশয়ের নিকট-বর্তী অর্থাৎ বৃষ্টি কিম্বা বস্তার জল প্রাণিত তীরস্থ ভূমিতে এই প্রকার মৃত্তিকা সঞ্চিত হইয়া থাকে। অনেক প্রকার উদ্ভিদের পক্ষে পলি মাটি সারের জায় কার্য্য করে।

দৌয়াশ।—যে মৃত্তিকার পূর্বোক্ত উভয় প্রকার মৃত্তিকা সম অথবা কিঞ্চিৎ অধিক বা অল্প মিশ্রিত থাকে, সহজে হল চালিত হয় এবং নিয়মিত সময়ের মধ্যে বাহাতে জল প্রবিষ্ট হইয়া থাকে। তাহাকে দৌয়াশ মৃত্তিকা কহে।

চড়া।—যে মাটিতে আটালুর ভাগ অল্প এবং বালুকার পরিমাণ অধিক দেখা যায়, গ্রীষ্মকালে যৌদ্ধ প্রবল হইলে ভূমি নীরস হয় এবং তৃণাদি শুক হইতে থাকে, তাহাকে চড়া কহে।

যেকোন প্রকার মৃত্তিকার বিষয় উল্লেখ করা হইল, সকল জাতীয় উদ্ভিদের পক্ষে যে, তাহা অল্পকূল নহে, তাহা যেন মনে থাকে। অর্থাৎ উদ্ভিদের প্রকৃতি ভেদে কোন কোন শ্রেণীর পক্ষে পলি, কোন কোন জাতির পক্ষে থিয়ার প্রশস্ত। ফলতঃ উদ্ভিদের প্রকৃতি ভেদে মৃত্তিকা নির্ণয় করিয়া কৃষি কার্য্যে প্রবৃত্ত হইলে লাভের সম্ভব। কোন কোন জাতীয় উদ্ভিদের পক্ষে কোন কোন মৃত্তিকার কত ভাগ প্রয়োজন, তাহা জানিতে হইলে বিজ্ঞান ও রসায়ন শাস্ত্র অধ্যয়ন করিতে হয়। কিন্তু তাহা অত্যন্ত গুরুতর। একত্র এসম্বন্ধে কতিপয় সহজ সহজ উপায় আছে,

সেই সকল উপায় জ্ঞাত হইয়া চাষে প্রবৃত্ত হওয়া আবশ্যিক। অর্থাৎ যে ভূমিতে বালির ভাগ অপেক্ষা চিকণের ভাগ অল্প, তাহাতে লতা জাতীয় গাছ রোপণ করিলে তাহাদের পোষণের উন্নতি সাধিত হইয়া থাকে। আর গুল্মাদির পক্ষে চিকণ ও বালুকা উভয় ভাগ সমান হইলেই চলিতে পারে। বৃক্ষ জাতীয় উদ্ভিদের পক্ষে বালুকার ভাগ অল্প এবং চিকণের পরিমাণ কিছু অধিক হইলেই ভাল হয়।

যে মৃত্তিকায় গাছ গাছড়া স্বভাবতঃই তেজাল ভাবে জন্মিয়া থাকে, সেই মৃত্তিকা উর্বরা জানিতে হইবে, আর যাহাতে গাছ পাল্য ভাল রকম বাড়ে না, নিস্তেজ ভাবে থাকে, তাহা অমূর্বরা। অত্যন্ত উচ্চ, রস-শূন্য ভূমির উৎপাদিকা শক্তি সামান্য মাত্র। সমস্ত দিন যে মৃত্তিকায় রোজ লাগে না তাহাতে প্রায়ই শস্তাদি হয় না। বর্ষাকালে যে ভূমিতে জল উঠিয়া থাকে, তাহা কৃষি কার্যের উপযোগী। বাঁশ প্রভৃতি কতকগুলি উদ্ভিদের আওতাধীন ভালরূপ শস্তাদি জন্মে না। যে ভূমি প্রতি বৎসর উঠিত অর্থাৎ চাষ আবাদ করা হয়, তাহাতে সার না দিলে ক্রমে তাহার উর্বরতা শক্তি হ্রাস হইয়া আইসে। বস্তা কিম্বা বৃষ্টির জলে যে ভূমি প্রতি বৎসর ভিজিতে পায় অর্থাৎ সিক্ত হয় তাহা চাষের পক্ষে উর্বরা। সার না দিয়া যদি দুই তিন বৎসর অন্তর ক্ষেত্র পতিত অর্থাৎ চাষ না করা যায়, তাহা হইলে উৎপাদিকা শক্তি বৃদ্ধি হইয়া থাকে। কসলের পরিমাণ দেখিয়াও মৃত্তিকার উর্বরতা শক্তির পরিচয় পাওয়া যায়। যে ভূমিতে প্রতি বৎসর দুই তিন বার আবাদ হইয়া থাকে, তাহা উর্বরা, আর যাহাতে বৎসরের মধ্যে কেবলমাত্র একবার শস্ত জন্মে, তাহা অমূর্বর মনে করিতে হইবে। ক্ষেত্রে সোন্ধ ধান বুনিলে যদি উহা মোটা দানায় ফলন হয়। তবে সেই মৃত্তিকার তেজ অধিক জানিতে হইবে। দোঁয়াশ মৃত্তিকা প্রায় সকল প্রকার উদ্ভিদের পক্ষেই প্রশস্ত। যে ভূমির মৃত্তিকা আবশ্যক মত রসাল অর্থাৎ যাহাতে জলের ভাগ অধিক নহে, তাহাই অধিকাংশ উদ্ভিদের পক্ষে

প্রশস্ত। যে ভূমিকার যে জাতীয় শ্রমাদি জন্মিয়া থাকে, তাহা স্থির করিয়া চাষে প্রবৃত্ত হওয়া আবশ্যক।

মৃত্তিকা পরীক্ষা সম্বন্ধে একটা সহজ কৌশল আছে, তাহা জ্ঞাত হইলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা নির্বাচন করিতে পারেন। অর্থাৎ যে কোন ভূমির এক খণ্ড মৃত্তিকা লইয়া ওজন করিলে যে পরিমাণ হইবে, এবং ঐ পরিমিত মৃত্তিকা খণ্ড যদি দ্বন্ধ করিয়া আবার ওজন করা যায় এবং তাহাতে যে পরিমাণের হ্রাস হইবে, তাহা উহার সার ছিল বিবেচনা করিতে হইবে। মনে কর এক সের ওজনের মৃত্তিকা খণ্ড দ্বন্ধের পর তিন পোয়া হইল, তাহা হইলে উহাতে এক পোয়া সার ছিল। আর যদি ঐ অবশিষ্ট মৃত্তিকা জলে গুলিয়া জল ফেলিয়া দেওয়ার পর বালুকা শুকাইয়া ওজনে এক পোয়া হয়, তাহা হইলে জানিতে হইবে, দুই ভাগ চিকণ ও এক ভাগমাত্র বালুকা উহাতে বর্তমান।

যে কোন চাষ আবাদে ভূমির অবস্থা যেকোনই হউক না কেন, মৃত্তিকার উৎপাদিকা শক্তি বৃদ্ধি করিতে চেষ্টা পাওয়াই কৃষকের গুরুতর কার্য্য। কারণ ভূমির উৎপাদিকা শক্তি বৃদ্ধি না করিয়া চাষে যত কেন পরিশ্রম ও ব্যয় কর না সমুদায়ই পণ্ড্রম হইবে। এজন্য সর্বপ্রথমে মৃত্তিকার উৎপাদিকা শক্তি বৃদ্ধির উপায় করিতে হইবে। প্রত্যেক মৃত্তিকারেণুতে যে, আমাদের জীবনোপায় নিহিত আছে, তাহা যেন সকলেরই মনে জাগরিত থাকে।

দাড়িম্ব ।

দাড়িম্বকে সচরাচর ডালিম ও দাড়িম্ব কহিয়া থাকে। ডালিম যে প্রকার সুখাদ্য ফল সে পরিচয় কাহাকেও লিখিয়া বুঝাইয়া দিতে হয় না। কি সুস্বাদেহ কি পীড়িত সকলেরই পক্ষে দাড়িম্ব সুপথ্য। পীড়িত ব্যক্তিদিগের জন্য ডালিমের অত্যন্ত আদর। এজন্য প্রত্যেক গৃহস্থের আবাস বাটতে দুই একটা গাছ রোপণ করিলে প্রয়োজন মত ফল লাভ করিতে পারা যায়।

সকল মৃত্তিকায় রোপণ করিলে ডালিমের ভালরূপ গাছ হয় না। নিতান্ত নীরস ও অর্থৎ বাগাতে বালির অংশ অধিক এবং জলীয় ভাগ (প্রবোজন মত) অল্প, সেইরূপ মৃত্তিকায় ডালিমের আবাদ করা উচিত নহে। আবার বাগাতে রসের ভাগ প্রচুর অর্থাৎ জলীয়াংশ অধিক সেইরূপ মৃত্তিকায় রোপণ করিলে ফল পাকিবার পূর্বে ফাটিয়া যায়। এজন্য অগ্রে মৃত্তিকা নিষ্কাশন করিয়া চাষা রোপণ করা উচিত। বালুকার পরিমাণ অল্প এবং সরস ভূমিতে উচ্চ রোপণ করা প্রশস্ত।

সচবাচর তিন প্রকার ডালিম দেখিতে পাওয়া যায়। অর্থাৎ কোন কোন জাতীয় দাড়িম্ব অত্যন্ত মধুর, অল্পরসের লেশমাত্রও থাকে না। দ্বিতীয় প্রকার অল্প মধুর আন্বাদনের অর্থাৎ অল্প কিস্বা মিষ্ট রসের তীব্রতা থাকে না, উভয় রসের সমান সংযোগে উহার আন্বাদন অতীব উপাদেয়। তৃতীয় শ্রেণীর ডালিমে আদৌ মিষ্টতা থাকে না, অল্পরসের প্রচুরতা দেখিতে পাওয়া যায়। ডালিমের মধ্যে ইহাই অতি জঘন্য। এই অল্প জাতীয় ডালিমের দানা শুষ্ক করিয়া রাখিলে তদ্বারা সকল সময়ে ইচ্ছানুসারে চাটনি প্রস্তুত করিতে পারা যায়। উত্তর পশ্চিম প্রদেশে এইরূপ শুষ্ক ডালিমের চাট্‌নির জন্ম অত্যন্ত আদর। দেশীয় ডালিম নামে যে এক শ্রেণীর অল্পরস বিশিষ্ট ফল দেখিতে পাওয়া যায়, তাহাই এই শ্রেণীর অন্তর্গত।

বীজ পুতিয়া এবং কলম বাঁধিয়া দুই প্রকার নিয়মেই ডালিমের চারা প্রস্তুত হইয়া থাকে। আমরা পরীক্ষা দ্বারা দেখিয়াছি, বীজ অপেক্ষা কলমের চারায় উৎকৃষ্ট ফল হইয়া থাকে। কিন্তু এত্বে একটা কথা মনে রাখা উচিত, যে রূপ উৎকৃষ্ট জাতীয় গাছে কলম বাঁধা যাইবে, ফলও সেই পরিমাণে উপাদেয় হইবে। ফলতঃ ভাল জাতীয় বৃক্ষ নির্বাচন করিয়াই কলম বাঁধাই উচিত। অনেকের মনে দৃঢ় বিশ্বাস যে কোন বৃক্ষে কলম বাঁধিয়া প্রস্তুত করিলেই তাহা ভাল হইয়া থাকে। কিন্তু ইহা মনে করা উচিত যে, মূল গাছ যে প্রকার গুণাবশিষ্ট তত্ৎপন্ন কলমেও যে সেই গুণ ধারণ করিবে, তাহা যেন সকলেরই মনে থাকে। গুল-কলম

দ্বারা ডালিমের চারা উৎপাদন করিতে হয়। চেষ্টা করিলে বৎসরের মধ্যে সকল সময়েই কলম বাঁধিতে পারা যায়। তবে বর্ষাকালে বাঁধিলে সহজেই চারা উৎপন্ন হইয়া থাকে।

বঙ্গদেশের মধ্যে প্রায় সকল স্থানে দাড়িমের গাছ হইয়া থাকে। তবে সকল স্থানের মৃত্তিকা একরূপ নহে, তজ্জন্য আশ্বাদনের ভিন্নতা লক্ষিত হইতে দেখা যায়। ডালিমের টাটকা বীজে চারা উৎপন্ন হইয়া থাকে। উহা শুষ্ক হইলে তাহাতে উৎপাদিকা শক্তি থাকে না। কলমের পক্ষে যেমন উৎকৃষ্ট জাতীয় গাছ নির্বাচন করিতে হয়, সেইরূপ বীজ সম্বন্ধেও দৃষ্টি রাখা কর্তব্য। ভাল জাতীয় ডালিমের টাটকা বীজ খুরা মাটিতে রোপণ করিয়া মৃত্তিকার অবস্থানুসারে মধ্যে মধ্যে তাহাতে জল সেচন করিলে বীজ হইতে চারা বাহির হয়। গাম্ভী প্রভৃতি কোন পাত্রে চারা তৈয়ার করিয়া পরে সেই চারা তুলিয়া উদ্যান মধ্যে নিয়মিত স্থানে রোপণ করিলেই চলিতে পারে।

ডালিম-গাছের শিকড় অধিক মাটির ভিতর প্রবেশ করে না, সুতরাং গর্ভ অধিক গভীর না করিলে কোন ক্ষতি হয় না। বৃক্ষের মূলের মৃত্তিকা শুষ্ক হইলে জল সেচন দ্বারা সরস রাখিতে হয়। পূর্বেই বলা হইয়াছে অধিক রসাল ভূমিতে ডালিম ভাল হয় না, অতএব মধ্যে মধ্যে গাছের গোড়ার মাটি খুড়িয়া দেওয়া আবশ্যিক। মৃত্তিকা খনিত হইলে রৌদ্রে উহা শুষ্ক হইয়া রস মরিয়া যাইবে।

চারার অবস্থায় পশ্বাদিতে আহার করিলে গাছের বৃদ্ধি বিষয়ে বড় ক্ষতি হয়। এজন্য গোবাদি পশুর অত্যাচার হইতে রক্ষা করিবার জন্য উদ্ভিন্নরূপে ঘিরিয়া রাখা কর্তব্য।

পক্ষী ও কীটাদি ডালিমের একটা বিষম শত্রু। এজন্য এক খণ্ড বস্ত্র দ্বারা ফল বাঁধিয়া রাখিলে উহা অনেক পরিমাণে নিবারণিত হইতে পারে। ফলে বস্ত্রাদি খুব আঁটিয়া না বাঁধিয়া একটু ডিলা অর্থাৎ সল করিয়া বাঁধা উচিত। কারণ অত্যন্ত কসিয়া বাঁধিলে ফলের বৃদ্ধি সম্বন্ধে ব্যাঘাত হইতে পারে।

ভিন্ন ভিন্ন জাতীয় ডালিম ভিন্ন ভিন্ন সময়ে পাকিয়া থাকে। বিদেশীয় ফল শীতকালে পাকিয়া উঠে। দেশীয় ডালিম প্রায় বৈশাখ মাস হইতে শ্রাবণ মাসের মধ্যে পাকিয়া থাকে। কোন কোন গাছে বৎসরের মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন সময়েও পাকিতে দেখা যায়।

• ডালিম জলপানে ব্যবহার হয়। তন্নিম্ন রোগীদিগের পথ্যে উহার সমধিক আদর। অনেক প্রকার রোগে ডালিমের শিকড়, ফুল, পাতা, ছাল এবং ফলের খোসা পর্য্যন্ত ঔষধে ব্যবহার হইয়া থাকে।

বৈদ্য-শাস্ত্র মতে ভিন্ন ভিন্ন জাতীয় ডালিমের ভিন্ন ভিন্নরূপ গুণ নিরূপিত আছে।

মিষ্ট জাতীয় ডালিমের গুণ—তৃপ্তিকর, শুক্রবৃদ্ধিকর, স্নিগ্ধ, বলকর, লঘুপাক, ত্রিদোষঘ্ন এবং তৃষ্ণা, দাহ, অরনাশক ও হৃৎকণ্ঠ মুখ-রোগ নাশক।

মধুরাস্ন জাতীয় ফলের গুণ—লঘুপাক, পিত্তকর, রুচিকর এবং ক্ষুধা বৃদ্ধিকর।

কেবল অন্ন ডালিমের গুণ—বায়ু কফ-নাশক এবং পিত্ত-জনক।

গৃহ পরিষ্কার ।

গৃহাদি পরিষ্কার রাখা গৃহস্থের একটা প্রধান কার্য্য। গৃহের কর্তা ও কর্ত্রীর সতত এ বিষয়ে দৃষ্টি রাখা কর্তব্য। গৃহাদি অপরিষ্কৃত হইলে কেবল যে, উহা দেখিতে কদর্য্য হয় একরূপ নহে, অপরিষ্কৃত স্থানে বাস করিলে স্বাস্থ্য নষ্ট হইয়া নানাপ্রকার পীড়া হইবার গুরুতর সম্ভব। পরিষ্কৃত গৃহ যে কেবলমাত্র গৃহস্থবর্গের প্রীতির কারণ তাহা নহে, যে সেই গৃহে প্রবেশ করে তাহারই অন্তঃকরণে এক প্রকার আনন্দ সঞ্চার হইয়া থাকে।

অনেক গৃহস্থকে একরূপ দেখা যায়, তাঁহাদিগের দাস দাসীর অভাব নাই, গৃহ সামগ্রী পর্য্যাপ্ত পরিমাণ বর্ত্তমান কিন্তু উহার পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার প্রতি দৃষ্টি না থাকায় উহা অত্যন্ত কদর্য্য অবস্থায় থাকে।

পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা নিজের যত্নের উপর নির্ভর করে। প্রত্যেক গৃহস্থ যদি সতত পরিষ্কার থাকিতে ইচ্ছা করেন, তাহা হইলে গৃহাদি বাস্তবিক আনন্দধাম মনে হয়।

গৃহ পরিষ্কার বলিলে কেবলমাত্র যে, গৃহটি পরিষ্কার করিলেই হইল এরূপ মনে করা উচিত নহে, কারণ পরিস্কৃত গৃহে যদি ব্যবহার্য্য দ্রব্যগুলি মলিন এবং অব্যাহতভাবে বথেষ্ট বিন্যস্ত থাকে, তাহা হইলেও সে গৃহ পরিস্কৃত বলা যাইতে পারে না। পূর্বেই বলা হইয়াছে গৃহাদি পরিষ্কার রাখা গৃহস্থের প্রধান কার্য্য। যদিও বাড়ীর কর্তা কিম্বা গৃহিণীর মনোযোগের উপর উহা নির্ভর করে কিন্তু পরিবারস্থ প্রত্যেক ব্যক্তির এ সম্বন্ধে সমান যত্ন না থাকিলে কখনই গৃহাদি পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখা যায় না। এজন্য পরিষ্কার থাকিতে অভ্যাস করা সকলেরই পক্ষে সমান কর্তব্য। গৃহাদি পরিষ্কার সম্বন্ধে ইংরাজগণ আমাদিগের অপেক্ষা বিস্তর উন্নতি লাভ করিয়াছেন। সে যাহা হউক, কি নিয়মে গৃহাদি পরিষ্কার রাখিতে হয়, এই প্রস্তাবে তদ্বিষয়ক কতিপয় স্থূল স্থূল নিয়ম লিখিত হইবে।

প্রতিদিন প্রত্যুষে শয্যা হইতে উঠিয় গৃহের দ্বার ও জানালা প্রভৃতি বায়ু প্রবেশের পথগুলি খুলিয়া দেওয়া উচিত। কারণ রাত্রিকালে গৃহ মধ্যে যে রুদ্ধ বায়ু থাকে তাহা শ্বাস প্রশ্বাসে এক প্রকার দূষিত হইয়া উঠে, প্রাতঃকালে নিম্নলিখিত বায়ু প্রবেশ করিলে সেই দূষিত বায়ু স্থানান্তরিত করিয়া দেয়। অনন্তর শয্যা দি বাড়িয়া গৃহে ঝাঁইট দিতে হয়। ঝাঁইট দিবার সময় ঘরের কোণ প্রভৃতি সন্ধিহল সমূহ উত্তম রূপে পরিস্কৃত করা উচিত। অনন্তর গৃহস্থিত দ্রব্য সমূহ অর্থাৎ বাক্স এবং আলমারি প্রভৃতি পরিষ্কার ঝাড়ন অথবা নেকড়া দ্বারা আন্তে আন্তে পুঁছিয়া ফেলিতে হয়।

প্রতিদিন যেমন গৃহ পরিষ্কার করিতে হইবে, সেইরূপ প্রতি সপ্তাহে একবার করিয়া উত্তমরূপে সমস্ত গৃহ এবং গৃহস্থিত দ্রব্য সমূহ পরিষ্কার করা উচিত। অট্টালিকাদির দেওয়াল ঝাড়িতে হইলে ঝাঁটার মাথায় পরি-

স্কার নরম গোছের নেকড়া জড়াইয়া আশ্বে আশ্বে ঝাড়িলে ভাল হয়। ঘরের মেজে ধুইয়া দিলে সমুদায় ময়লা ধোত হয়। • দেওয়ালে চিত্র (অর্থাৎ পেইন্ট) থাকিলে সাবান দ্বারা ধোত করা উচিত নহে, কারণ তদ্বারা উহা নষ্ট হইতে পারে। মিহি গোছের বালিতে জল ঢালিয়া ঝাঁটা দ্বারা মেজে ধোত করিলে কোন স্থানে ময়লা কিম্বা কোন প্রকার দাগ থাকে না। ফ্রানেল কাপড় ভিজাইয়া তদ্বারা চিত্রিত দেওয়াল পরিষ্কার করিলে কোন অপকার হয় না। বৈঠকখানা ঘুহে কার্পেট ও গালিচা প্রভৃতি তুলিয়া রোদ্রে দিয়া ঝাড়িয়া পুনরুদার পাতা উচিত। গৃহ সামগ্রী অর্থাৎ বাস্ক, চেয়ার, টেবিল এবং আলমারি প্রভৃতি ব্রস্ দ্বারা ঝাড়িলে ভাল হয়, তদভাবে মোটা নেকড়া অথবা ঝাড়ন দ্বারা ঝাড়িলে চলিতে পারে। চেয়ারের নীচে হয় ব্রস্ করিবে, নতুবা একটা লাঠির ঘা দিয়া ঝাড়িয়া দিলে ভাল হয়। পর্দাগুলি বেশ করিয়া ঝাড়িয়া দিতে হইবে।

জানালাগুলি সপ্তাহে এক বা দুইবার ধুইয়া দেওয়া উচিত। প্রতি-দিন জানালাগুলি একবার করিয়া ঝাড়িয়া দিলে ময়লা জমিতে পারে না। ঘরের বিছানা প্রভৃতি সপ্তাহে অন্ততঃ একবার করিয়া রোদ্রে দিয়া ঝাড়িয়া লইলে উহা উত্তম পরিষ্কার থাকে। খাট ও তপ্তপোস প্রভৃতির কোণগুলি বেশ করিয়া ঝাড়া উচিত। কারণ ঐ সকল স্থানে মাকড়সা প্রভৃতির জাল এবং ছারপোকার অত্যন্ত উৎপাত হইয়া থাকে।

ইমারত প্রভৃতি প্রতি বৎসর একবার করিয়া মেরামত করা আব-শ্যক। অট্টালিকা মেরামত করিতে হইলে অর্থাৎ চূণকাম কিম্বা রং দিতে হইলে প্রথমে উপরিভাগে কার্য আরম্ভ করা সুপরামর্শ। কারণ অগ্রে নীচে মেরামত করিয়া উপরে কাজ আরম্ভ করিলে চূণ ও রং প্রভৃতি লাগিয়া নীচে ময়লা হইবার বিশেষ সম্ভব।

মনোবোগের ক্রটি হইলে অট্টালিকাদির ঞায় নাটীর ঘর প্রভৃতিরও সেইরূপ অস্বাস্থ্যকর ও কদর্য হইয়া উঠে। যে স্থানে বাস করিতে

হয় তাহা যতদূর পরিকৃত করিতে পারা যায়, তাহাতে দৃষ্টি রাখাই গৃহস্থ-গণের গৃহকার্যের একটি প্রধান অঙ্গ। মেটে ঘরের মেজে প্রতিদিন গোময় দেওয়া উচিত। দেওয়াল ও মেজে প্রভৃতিতে কোন স্থানে ইঁহুরের গর্ত হইলে তাহা উত্তমরূপে বুজাইয়া দেওয়া সর্বাগ্রে কর্তব্য। কারণ অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, ঐ গর্তে সর্প আসিয়া বাস করিয়াও থাকে। গৃহ-সামগ্রী পরিষ্কার পরিচ্ছন্নভাবে সজ্জিত করিয়া রাখিলে ইঁহুর প্রভৃতির বড় উৎপাত হয় না। মাটির মেজে হইলে অল্প পরিমাণে জল ছিটাইয়া কাঁইট দেওয়া ভাল।

আমরা দেখিতে পাইয়া থাকি, গৃহ সামগ্রী সাজাইয়া রাখিবার দোষেও অনেক গৃহ অত্যন্ত অপরিষ্কৃত হইয়া থাকে। অতএব কোন্ স্থানে কোন্ দ্রব্য রাখিলে পরিষ্কার দেখায় তাহা নির্বাচন করিয়া ঘর সাজান আবশ্যক। শয়ন-গৃহে অধিক দ্রব্য না রাখাই সুপরামর্শ। যে স্থানে যে দ্রব্য রাখিবার ব্যবস্থা ব্যবহার করিয়া পুনর্বার তথায় তাহা রাখাই সংযুক্তি।

ধুখু প্রভৃতি ফেলিলে গৃহ কেবলমাত্র যে, ময়লা হয় একরূপ নহে, তাহা হইতে এক প্রকার দুর্গন্ধ সঞ্চার হইয়া থাকে।

আমাদের দেশে বাড়ী পরিষ্কার সম্বন্ধে দুই প্রকার নিয়ম করা আবশ্যক। অর্থাৎ সদর মহলের পরিষ্কারের ভার কর্তার দৃষ্টির উপর এবং অন্তঃপুরের পরিষ্কারিতা সম্বন্ধে কর্ত্রীর তত্ত্বানুসন্ধান করা উচিত। গৃহের আবর্জনাাদি গৃহের সম্মুখে না ফেলিয়া বাড়ীর দূরে নিক্ষেপ করাই উত্তম। গৃহের নিকট মলমুত্র ত্যাগ করিলে দুর্গন্ধে যে স্বাস্থ্যের মহা অনিষ্ট-কর হইয়া উঠে তাহা বোধ হয় সকলেই সহজে বুঝিতে পারেন। বাড়ীর মধ্যে কোন স্থানে দুর্গন্ধ হইলে তথায় চুণ ছড়াইয়া দিলে তাহা নিবারিত হইয়া থাকে। দুর্গন্ধ নাশের পক্ষে কার্বোলিক স্যাসিড সর্বাপেক্ষা ভাল। এদেশে যে ধুনা পুড়াইবার ব্যবস্থা আছে তাহাও অতি উত্তম।

গৃহস্থগণ কি প্রকার পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকেন, তাহার প্রথম সাক্ষী আবাস বাটী। আবাস বাটী দেখিলেই বেশ বুঝিতে পারা যায় কোন

গৃহস্থ পরিষ্কার সম্বন্ধে কতদূর উন্নতি লাভ করিয়াছেন । বাস্তবিক পরিষ্কার বাড়ী দেখিলেই মনে একপ্রকার আফ্লাদ সঞ্চার হয় । *গৃহস্থগণ ইচ্ছা করিয়া সে আনন্দ লাভে বঞ্চিত হইলে কাহার না ক্ষোভ জন্মে ?

অপরিস্কৃত অট্টালিকা অপেক্ষা পরিস্কৃত কুটীর সহস্র গুণে রমণীয় । পরিস্কৃত গৃহে বাস করিলে স্বাস্থ্যের উন্নতি এবং অন্তঃকরণ প্রফুল্ল হয় । অনেকের মনে এইরূপ ধারণ যে, অধিক অর্থ ব্যয় না করিলে পরিস্কৃত থাকা যায় না ।—এই বিশ্বাস যে সম্পূর্ণ ভুল তাহাতে আর অণুমানও সন্দেহ নাই । প্রত্যেক গৃহস্থ যদি নিজ নিজ হস্তে গৃহাদি পরিষ্কার করিতে বত্নশীল হয়েন, তাহা হইলে ঐ আপত্তি খণ্ডন হইতে পারে । কাঁইট ও পাইট গৃহের নিত্য কার্য্য ; স্ফটিকরূপে নিত্য নিত্য উহা সম্পাদন করিলে গৃহাদিতে আর ময়লা সঞ্চিত হইতে পারে না । ঘাঁহাদিগের দাস দাসী থাকে, তাঁহাদিগের উচিত নিজের তত্ত্বাবধানে পরিষ্কার করিতে দেওয়া । নূতন দাস দাসী হইলে যে নিয়মে পরিষ্কার করিতে হইবে, প্রথমে কিছুদিন তাহাদিগকে তাহা দেখাইয়া দেওয়া কর্তব্য ।

যে গৃহে রোগী থাকে, তথায় পরিষ্কার সম্বন্ধে বিশেষ দৃষ্টি রাখা সর্ব্বতোভাবে কর্তব্য । রোগীর আবাস গৃহের জায় তাহার শয্যাতির প্রতিও দৃষ্টি রাখিতে হয় । রোগীর গৃহাদিতে যে কোন প্রকার ছুর্গন্ধের সঞ্চায় হইতে না পারে, তৎপক্ষে দৃষ্টি রাখা বিধেয় । সঙ্গতিশালী ব্যক্তিগণ রোগীর ব্যবহৃত বস্ত্রাদি সর্ব্বদা কাচাইয়া লইতে পারেন, কিন্তু অসঙ্গতিপন্ন ব্যক্তিগণ অবস্থানুসারে সাবান, সাজিমাটী এবং ক্ষার প্রভৃতি দ্বারা বস্ত্রাদি ধোত করিয়া সে অভাব মোচন করিতে সমর্থ হয়েন ।

পরিষ্কার সম্বন্ধে উপদেশের অপেক্ষা না করিয়া স্ব স্ব বিবেচনার উপর নির্ভর করাই সংপরামর্শ । সর্ব্ব প্রকার মলিনতা পরিত্যাগ করাই গৃহস্থগণের প্রধান কর্তব্য, যতদিন পর্য্যন্ত সাধারণের মনে এইরূপ ধারণা না হইবে, ততদিন উপদেশে কোন ফল দর্শিবে না ।

ম্যাকাসার অয়েল ।

এই তৈল চুলের পক্ষে অত্যন্ত উপকারী, কিছু দিন উহা ব্যবহার করিলে চুল মৃদু ও চাকচিক্যশালী হইয়া উঠে এবং মস্তক শীতল থাকে। ঝাঁড়াদিগের মাথা গরম এবং পাতলা চুল থাকে, তাঁহাদিগের পক্ষে এই তৈল বিশেষ উপকারজনক। ম্যাকাসার তৈলের ত্রায় আরও নানা প্রকার সুগন্ধ তৈল ব্যবহৃত হইয়া থাকে। কি নিয়মে ঐ সকল তৈল প্রস্তুত করিতে হয়, ব্যবসায়ীগণ প্রায় তাহা গোপন রাখিয়া থাকে, সুতরাং গৃহস্থবর্গকে একমাত্র বাজারের মুখাপেক্ষী হইয়া থাকিতে হয়। সুগন্ধবিশিষ্ট তৈল প্রস্তুত করা অতি সহজ এবং সামান্য ব্যয়-সাধ্য। এমন কি মনে করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা প্রস্তুত করিতে পারেন। ঐ সকল তৈল প্রস্তুত করিতে যে সকল মসলা প্রভৃতি উপকরণ ব্যবহার হইয়া থাকে, তৎসমুদয়ের অধিকাংশই বেনের দোকান ও ডাক্তারখানায় পাওয়া যায়। পাঠকবর্গের কৌতুক ভঞ্জন জন্ত ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুতের নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

অলিভ অয়েল বা তিল তৈল	আধ সের।
য়ানক্যানেট্	আধ ছটাক।
ওরিগেনম্	ষাইট ফোঁটা।

ওলিভ অয়েল, বাদাম তৈল, তিল তৈল এবং উৎকৃষ্ট রেডী তৈলেও ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুত হইতে পারে। এই সকল তৈলের মধ্যে যে কোন প্রকার তৈল দ্বারা প্রস্তুত করা উচিত। য়ানক্যানেট্ এক প্রকার শিকড়। উহা বেনের দোকানে বিক্রয় হইয়া থাকে। এই শিকড়ের গুণ উহা যে কোন তৈলে ভিজাইয়া রাখিলে তাহা লাল হইয়া থাকে। প্রথমে তৈলে য়ানক্যানেট্ ভিজাইতে হইবে, যখন দেখা যাইবে তাহার লাল রং হইয়াছে, তখন তাহাতে ষাইট ফোঁটা ওরিগেনম্ মিশাইয়া বোতল মধ্যে মুখ আঁটিয়া রাখিতে হইবে। এক সপ্তাহ পর্য্যন্ত তাহা

ব্যবহার না করিয়া প্রতিদিন ছইবার করিয়া ঐ বোতলটী উত্তমরূপে নাড়িতে হইবে। অনন্তর তাহা ছাঁকিয়া লইলেই তৈল প্রস্তুত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

বাদাম তৈল	তিন পোয়া।
• গ্যান্‌ক্যানেট্	আধ ছটাক।
ওরিগেনম্ তৈল	ষাইট ফোঁটা।
রোজম্যারি তৈল	ষাইট ফোঁটা।
জায়ফল তৈল	পোনর ফোঁটা।
গোলাপী আতর	পোনর ফোঁটা।
নিরোলী তৈল	ছয় ফোঁটা।
মৃগনাভির আবক (এসেন্স) ?	চারি ফোঁটা।

প্রথমে তৈলে গ্যান্‌ক্যানেট্ ভিজাইয়া উহার রং লাল করিয়া লইবে। পরে তাহাতে তালিকার লিখিত দ্রব্যগুলি একে একে মিশাইয়া বোতলে পূরিয়া মুখ বন্ধ করিয়া রাখিলেই অতি উৎকৃষ্ট ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ক্যাষ্টর অয়েল (রেড়ির তৈল)	তিন পোয়া।
গ্যান্‌ক্যানেট্	আধ ছটাক।
মৃগনাভি	দুই রতি।
লবঙ্গ তৈল	কুড়ি ফোঁটা।
বর্গামট্ তৈল	কুড়ি ফোঁটা।

উৎকৃষ্ট টাটকা রেড়ীর তৈল গরম করিয়া তাহাতে দশ মিনিট পর্য্যন্ত গ্যান্‌ক্যানেট্ ভিজাইয়া রাখিয়া ছাঁকিয়া লইবে। যখন দেখা যাইবে বেশ লাল ও শীতল হইয়াছে, তখন তাহাতে লিখিত দ্রব্যগুলি একে একে মিশাইয়া লইলেই ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ক্যাষ্টর অয়েল	পাঁচ পোয়া।
গ্যান্‌ক্যানেট্	আধ ছটাক।

স্প্রিট্	আড়াই ছটাক ।
জায়ফলের তৈল	ষাইট ফোঁটা ।
রোজম্যারি তৈল	ত্রিশ ফোঁটা ।
নিরোলী তৈল	কুড়ি ফোঁটা ।
মৃগনাভির আরক	দশ ফোঁটা ।
গোলাপী আতর	চল্লিশ ফোঁটা ।

লিখিত দ্রব্যগুলি একত্রিত করিয়া মিলাইতে হইবে ; এক সপ্তাহ পর্য্যন্ত উহা কোন একটি পাত্রে ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর উহা গিঁতা-ইলে আস্তে আস্তে সেই গিঁতান তৈল ছাঁকিয়া লইলেই উত্তম ম্যাকাসার তৈল তৈয়ার হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

ওলিভ বা তিল তৈল	আধ সের ।
ওরিগেনম্ তৈল	ষাইট ফোঁটা ।
রোজম্যারি তৈল	পঁচাত্তর ফোঁটা ।

লিখিত দ্রব্যসমূহ এক সঙ্গে মিশাইয়া লইলেই ম্যাকাসার প্রস্তুত হইল । এই তৈল ব্যবহার করিলে চুলের বৃদ্ধি এবং কুকড়ান আকার হইয়া থাকে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

সুইট্ বা ওলিভ অয়েল	দেড় ছটাক ।
ল্যাভেণ্ডার তৈল	আধ ছটাক ।

উপরের লিখিত তৈল দুইটা এক সঙ্গে মিশাইলে যে তৈল প্রস্তুত হইবে, তাহা ব্যবহার করিলে মাথার যে যে স্থানে পাতলা চুল হইয়া থাকে, তথায় চুল ঘন হইয়া থাকে ।

ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুত সম্বন্ধে যে যে পরিমাণ লিখিত হইল, গৃহস্থগণ স্ব স্ব প্রয়োজনানুসারে তাহার পরিমাণ হ্রাস বৃদ্ধি করিয়া লইতে পারেন। লিখিত নিয়ম ভিন্ন আরও নানা প্রকার উপায়ে ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুত করিতে পারা যায়। কিন্তু প্রস্তাব বাহ্য প্রযুক্ত তাহা না লিখিয়া সহজ সহজ নিয়ম কয়েকটি লিখিত হইল ।

সুগন্ধ তৈল ।

নানাবিধ সুগন্ধ পুষ্প এবং বহু প্রকার গন্ধবিশিষ্ট মসলা দ্বারা যে তৈল প্রস্তুত হইয়া থাকে, সেই তৈলকে সুগন্ধ তৈল কহে । যে সকল নিয়মে ঐ সকল গন্ধবিশিষ্ট তৈল প্রস্তুত কবিতে হয় ; তৎসমুদায়ের প্রস্তুত প্রণালী জানিতে পাবিলে গৃহস্থগণ অনায়াসেই নিত্য ব্যবহার্য্য তৈল প্রস্তুত কবিতে পারেন ।

যে সকল তৈল মাথিলে ম্লিষ্ট বোধ হয় ; সেই সকল তৈল দ্বারা গন্ধ-তৈল প্রস্তুত করাই সুপবামর্শ । এজন্ত বাদাম, তিল এবং নারিকেল প্রভৃতি তৈলে উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে । অনেক দিন হইতে এদেশে ফুলেল প্রভৃতি নানা প্রকার তৈল ব্যবহার হইয়া আসিতেছে । কিন্তু সাধারণতঃ প্রায় কেহই তাহাব প্রস্তুত নিয়ম অবগত নহেন । এজন্ত এ প্রস্তাবে নানা প্রকার সুগন্ধ তৈল প্রস্তুত করিবার নিয়ম লিখিত হইল ।

ফুলেল তৈল ।—তিল কিম্বা বাদাম তৈলে কাপড় ভিজাইয়া তাহার উপর সৌরভবিশিষ্ট ফুল সাজাইতে হয় । এক্ষণে ঐ পুষ্প স্তবকের উপর আবার তৈলাক্ত (তৈলে ভিজান) বস্ত্র আচ্ছাদন করিতে হইবে । এইরূপে স্তবকে স্তবকে ফুল ও কাপড় সাজাইয়া রাখিলে ফুলের গন্ধ ঐ বস্ত্রে আকৃষ্ট হইবে । যে পর্য্যন্ত বস্ত্রে উত্তমরূপ গন্ধ সঞ্চার না হইবে, সেই অবধি ঐরূপ করিতে হইবে । যখন বেশ বুদ্ধিতে পারা যাইবে, বস্ত্রে উত্তম গন্ধ হইয়াছে, তখন সেই বস্ত্র নিংড়াইয়া লইলে সেই তৈল সুগন্ধবিশিষ্ট হইবে । সহজ উপায়ে ফুলেল তৈল প্রস্তুত করিতে হইলে লিখিত নিয়মটা সর্বাঙ্গেক্ষেপে প্রস্তুত । পুষ্প সম্বন্ধে একটা কথা মনে রাখা আবশ্যক, যে কোন ফুল হটক না কেন উহা যেন এক জাতীয় হয় ।

প্রকারান্তর ।—প্রথমে তিলগুলির থোসা ছাড়াইয়া উত্তমরূপে ঝাড়িয়া বাছিয়া লইতে হইবে । পরে রোঁদ্রে একটা পনিষ্কৃত পাত্রে এক স্তবক তিল সাজাইয়া তাহার উপর এক স্তবক ফুল সাজাইতে হইবে । এইরূপে চারি পাঁচ স্তবক সাজান হইলে তাহা রোঁদ্রে শুকাইতে হইবে । যে পর্য্যন্ত তৈলে উত্তমরূপ গন্ধ প্রবিষ্ট না হইবে, সেই পর্য্যন্ত প্রতিদিন নূতন নূতন

ফুল লইয়া উল্লিখিতরূপে শুকাইতে হইবে। অনন্তর উহা গন্ধবিশিষ্ট হইলে পরিস্কৃত ঘানিতে, তাহা ভাঙিয়া লইলে উত্তম ফুলেল তৈল প্রস্তুত হইবে।

গোলাপী তৈল।—গোলাপ পুষ্প দ্বারা এই তৈল প্রস্তুত হইয়া থাকে বলিয়া উহার নাম গোলাপী তৈল হইয়াছে। গোলাপী তৈল প্রস্তুতের নানা প্রকার নিয়ম প্রচলিত আছে। তন্মধ্যে কতিপয় সহজ সহজ নিয়ম এই প্রস্তাবে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

গুলিভ কিষা নারিকেল তৈল	আধ সেব।
গোলাপের পাপড়ি (বাটা)	ছই ছটাক।

ম্যাকাসার তৈল প্রস্তুত সম্বন্ধে যে সকল তৈল (রেড়ী ভিন্ন) উল্লেখ করা হইয়াছে, সেই সমুদায় তৈল দ্বারা গোলাপী তৈল প্রস্তুত হইয়া থাকে। যে সকল গোলাপে উত্তম গন্ধ আছে, সেই সকল গোলাপ হইতে ব্যবহৃত হয়। এতলে আর একটা কথা মনে রাখা উচিত, বাসি ফুল না লইয়া কেবলমাত্র বিকাশ হইয়া আসিতেছে, এরূপ ফুলই সর্বাপেক্ষা প্রশস্ত। ফুলের বোটা প্রভৃতি বাছিয়া ফেলিয়া দিতে হয়। এখন ঐ পাপড়ি-গুলি একটা পরিস্কৃত পাত্রে বাটিয়া তাহা তৈলে মিশাইতে হইবে। এক সপ্তাহ পর্য্যন্ত তৈল রোজে কিষা কোন স্থানে রাখিতে হইবে। যে পর্য্যন্ত তৈলে উত্তমরূপ গন্ধ না হয়, সে অবধি তৈল ছাঁকিয়া পূর্ব্ববৎ পাপড়ি বাটা মিশাইতে হইবে। যখন দেখা যাইবে তৈলের অতি সুগন্ধ হইয়াছে, তখন তাহা ছাঁকিয়া লইলেই গোলাপী তৈল প্রস্তুত হইল। যদি তৈলের লাল রং করিতে ইচ্ছা হয়, তবে তাহাতে গ্যান্‌ক্যান্টে দিতে হইবে।

যে কোন প্রকার তৈলে গ্যান্‌ক্যান্টে ভিজাইয়া লাল করিয়া তাহাতে আতর দিলেই সুগন্ধি তৈল প্রস্তুত হইবে।

অন্য প্রকারে প্রস্তুত করিবার নিয়ম ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

ওলিভ অয়েল	পাঁচ পোয়া ।
আতর	ষাইট ফেঁটা ।
রোজম্যারি তৈল	ষাইট ফেঁটা ।

লিখিত দ্রব্য কয়টি এক সঙ্গে মিশাইলে উৎকৃষ্ট গন্ধ তৈল প্রস্তুত হইবে। তৈলের বর্ণ লাল করিতে হইলে পূর্ক নিয়মে বং ফলাইতে হয়।

প্রকারান্তর।—ভিন্ন ভিন্ন জাতীয় ফুলের দ্বারা প্রস্তুত করিলে তৈলে ভিন্ন ভিন্ন গন্ধ সঞ্চার হয় এবং সেই সকল পৃথক্ পৃথক্ ফুলের নামা-নুসারে তৈলেরও বিশেষ নাম ব্যবহার হয়। যথা চামেলী তৈল, বেলা তৈল ইত্যাদি।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

ফুলেব কুঁড়ি	দেড় পোয়া ।
তৈল (পূর্ক কথিত)	আধ সের।

তৈলের সঙ্গে কুঁড়িগুলি বাটিয়া একটি বোতলে পূরিয়া তাহার মুখ বন্ধ করিয়া রাখিবে। দুই তিন দিন পরে যদি তৈলে ভালরূপ গন্ধ বোধ না হয়, তবে পুনরুৎপাদন ঐরূপ কুঁড়ি বাটিয়া রাখিবে। পরে উত্তম গন্ধ হইলেই তৈল ছাঁকিয়া লইবে।

যে কোন প্রকার তৈলের গন্ধ নষ্ট করিতে হইলে তাহাতে লবী দিতে হয়। জাকরণ ও মঞ্জিষ্ঠা দ্বারা পাক করিলে তৈলেব হার্দ্রাবর্ণ হয়। অতএব প্রত্যেক গৃহস্থ স্ব স্ব ইচ্ছানুসারে তৈলের গন্ধ নষ্ট করিয়া উহা ভিন্ন ভিন্ন রঙে রঞ্জিত করিয়া লইতে পারেন।

কেশ-হীনতা বা টাক ।

নানা কারণে টাক হইয়া থাকে। বাল্যকাল হইতে বৃদ্ধ বয়স পর্য্যন্ত সকল বয়সেই এই রোগ হইতে দেখা যায়। ভিন্ন ভিন্ন ব্যক্তির মাণায় ভিন্ন ভিন্ন কারণে টাক হইয়া থাকে। এমনও দেখা যায়, একের

মাথায় যে কারণে এই রোগ হইয়া থাকে, অত্বেব মস্তকে তাহার বিপরীত কাবলেও উৎপন্ন হয়। মাথার চামড়া সঙ্কুচিত ও বিস্তারিত উভয় কারণেও টাক হইতে দেখা যায়। অপরিষ্কার জন্তাও টাক হইতে পারে। মাথায় সন্দদা পাগড়ি ও টুপি প্রভৃতি দ্বারা আচ্ছাদিত থাকিলে অর্থাৎ বাতাস না লাগিলে এই রোগ হইতে দেখা যায়। অত্যন্ত উষ্ণতা ও শীতলতাজনিতও এই রোগ হইতে পারে। জ্বর প্রভৃতি রোগে এবং চর্করলতা নিবন্ধন অনেক রোগীর এই রোগ হইতে দেখা যায়। রোগী অল্প পবিশ্রমে ঘর্ম্মাক্ত হইলে মস্তকের চর্ম্ম বিস্তারিত হয় এবং তাহার বিপরীত কাবলে উহা সঙ্কুচিত হইয়া প্রথমে সামান্যরূপ চুল উঠিতে থাকে, পরিশেষে উহা স্থায়ী টাকরূপে পরিণত হয়। বাল্য ও যৌবনাবস্থায় টাক পড়িলে যদিও তাহা সারিয়া থাকে কিন্তু বৃদ্ধাবস্থায় টাক পড়িলে তাহার আরোগ্যের আশা অতি অল্পই। প্রায়ই দেখিতে পাওয়া যায়, বৃদ্ধ বয়সেই অধিকাংশ লোকের টাক হইয়া থাকে। কারণ এই অবস্থায় চুলের গোড়া শিথিল হইয়া আইসে, গাছ পালার মূল শিথিল হইলে তাহা যেমন পড়িয়া যায়, সেইরূপ বার্কিক্যাবস্থায় অনেকেরই চুল পড়িতে দেখা যায়। অল্প বয়সে এবং জ্বরে কেশ-হীনতা হইলে তাহা পুনর্বার সঞ্চার হইয়া থাকে।

অল্প স্থান ব্যাপিয়াই হউক অথবা অধিক স্থান ব্যাপিয়াই হউক এবং অল্প দিনের জন্তই হউক কিম্বা স্থায়ীরূপেই হউক মাথার চুল উঠিয়া গেলেই তাহাকে টাক কহে। টাক সম্বন্ধে পূর্বে যে কয়েকটা কাবণ উল্লেখ করা হইল, তন্মিন্ন মানসিক চিন্তা, প্রবল রোগ, অত্যন্ত অধ্যয়ন এবং পুরুষানুক্রমিক কারণেও এই রোগ হইতে দেখা যায়।

কেশ-হীনতা নিবারণ করিতে যদিও নানা প্রকার ঔষধ ব্যবহৃত হইয়া থাকে কিন্তু সকল প্রকাব ঔষধে সকল প্রকার টাক ভাল হয় না। অনেক সময়ে এরূপ দেখা গিয়াছে, যে ঔষধে একজনের উপকার হইয়াছে, সেই ঔষধে আবার অত্রের কিছুমাত্র উপকার হয় নাই।

কেশ-হীনতা নিবারণ করিবার জন্য যদিও নানা প্রকার ঔষধ ব্যবহৃত

হইয়া থাকে এবং ঐ সকল ঔষধে সকল প্রকার টাক আরাম হইবার আশ্বাসও দেখা যায়। কিন্তু তাহাতে বিশ্বাস করা উচিত নহে। পরীক্ষা দ্বারা দেখা হইয়াছে, কোন কোন প্রকার টাক আদৌ ভাল হয় না। কেশ-হীনতা সম্বন্ধে যত প্রকার কারণ প্রকাশিত হইয়াছে, তন্মধ্যে সম্প্রতি আর একটি নূতন কারণ আবদ্ধ হইয়াছে, অর্থাৎ যাহাদিগের শ্রাণ্ণ অর্থাৎ দাড়ী বড় হইয়া থাকে, তাহাদিগের প্রায় কেশ-হীনতা দেখা যায়।

টাকের যদিও নানাপ্রকার ঔষধ আছে, তন্মধ্যে কয়েকটি পরীক্ষিত ঔষধ নিম্নে লিখিত হইতেছে। টাক সম্বন্ধে একটি কথা মনে রাখা আবশ্যক। অর্থাৎ যে জাতীয় টাকের উপর হাত ঘষিলে যদি ঐ স্থান লাল হইয়া উঠে, তবে তাহা সারিবার সম্ভব কিন্তু ণাল না হইলে আরোগ্যের অতি অল্পই আশা জানিতে হইবে।

চারি মুঠা বক্স উডের* গুঁড়া কিম্বা কুচি দেড় সেব জলের সহিত একটি মৃত্তিকা পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া পোনের মিনিট সিদ্ধ করিতে হইবে। পোনের মিনিট পরে উহা একটি শীতল স্থানে ঢাকার অবস্থায় দশ ঘণ্টা পর্যন্ত রাখিতে হইবে। অনন্তর উহা চাঁকিয়া সেই জলে উত্তম ল্যাবেণ্ডার ওয়াটার এক ছটাক মিশাইয়া তাহা বোতলে পূরিয়া মুখ বন্ধ করিয়া রাখিবে। প্রতিদিন দুইবার করিয়া সেই জলে টাক ধুইলে উহা নিশ্চয় আরাম হইবে।

অন্য প্রকার ঔষধ।

উপকরণ ও পরিমাণ।

রেডীর তৈল (উত্তম)	আধ পোয়া।
জ্যামেকা রম্	এক পোয়া।
ল্যাবেণ্ডার তৈল	ত্রিশ ফোঁটা।

লিখিত দ্রব্য কয়েকটি এক সঙ্গে মিশাইয়া একটি বোতলে পূরিয়া

* এক প্রকার কাঠ, ইহাতে ছবি খোদাই হয়

ভাহার মুখ বন্ধ করিয়া রাখিতে হইবে। ব্যবহার করিবার সময় বোতলটা বেশ করিয়া ঝাঁকাইয়া লইতে হইবে। সপ্তাহে তিন দিন ব্যবহার করিলেই আরোগ্য হইবে। টাকের প্রথম অবস্থায় ইহা মহোপকারী।

নিম্নলিখিত ঔষধ দ্বারা শতকরা নব্বুই জনের টাক ভাল হইয়াছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

শ্রিট্	আধ ছটাক।
ক্যাস্টারাইডিসের গুঁড়া*	আধ তোলা।

শ্রিটে এই গুঁড়া চৌদ্দদিন পর্য্যন্ত ভিজাইয়া ছাঁকিয়া লইতে হইবে। অনন্তর এই প্রস্তুত আরকের দশ ভাগ, চার্কি + অথবা মোম, নারিকেল তৈল কিম্বা রেড়ী তৈলের সমভাগ গরম করিয়া তাহাতে আতর অথবা যে কোন গন্ধ দ্রব্য এক সঙ্গে মিশাইলে যে ঔষধ প্রস্তুত হইবে, প্রতি দিন তাহা সকালে ও বৈকালে টাকের উপর রগড়াইলে নিশ্চয় আরাম হইবে।

অন্য প্রকার।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মধু	আধ পোয়া।
বালি (পরিষ্কৃত)	এক পোয়া।

প্রথমে বালিগুলি উত্তমরূপে ধুইয়া শুকাইয়া লইতে হইবে। এখন মধুর সহিত এই পরিষ্কৃত বালি মাখিয়া লইয়া বকবস্ত্রে চুলাই করিয়া লইবে। চুলাই করিবার সময় একরূপ সাবধানতার সহিত জ্বাল দিতে হইবে, উহা যেন চুঁইয়া না যায়। চুলাই করিলে যে আরক বাহির হইবে, প্রতিদিন একবার করিয়া তাহা টাকে লাগাইলে নিশ্চয়ই টাকে চুল উঠিবে। এই ঔষধের নাম চুলের মধুজল। (Honey-water.)

* যে মাটিতে বিষ্টার প্রস্তুত হইয়া থাকে।

+ শূকরের চার্কি হইলেই ভাল হয়। অভাবে অন্য চার্কি।

উপকরণ ও পরিমাণ

আলকাতরা	এক ভাগ।
চর্কি	দশ ভাগ।

• চর্কি ও আলকাতরায় এক সঙ্গে মিশাইয়া তাহাতে পরিমাণ মত গন্ধ দ্রব্য দিয়া লইলেই ঔষধ প্রস্তুত হইল। টাকের উপর উহা ঘষিয়া দিতে হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

টিঞ্চাব অফ ক্যান্ডরাইডিস্	আধ ছটাক।
রম্	আধ সের।
জল	এক পোয়া।

উপরিলিখিত দ্রব্য কয়েকটা এক সঙ্গে মিশাইলে যে ঔষধ প্রস্তুত হইবে, উহা সপ্তাহে দুইবার টাকের উপর মাথিলে আরাম হইবে।

এক দিন অন্তর টাকের উপর টিঞ্চাব আইডিন্ দিলে উহা ভাল হয়। টাক যদি অধিক দিনের হয় ; তবে চারি দিন অন্তর এক ছোপ করিয়া ম্যাসিটম্ ক্যান্ডরাইডিস্ মাখাইলে আরাম হইবে।

টাকের তৈল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

ওলিভ বা সুইট অয়েল	আধ সের।
জলপাই কিম্বা বাদাম তৈল	আধ সের।
ওরিগেনম্	আধ কাঁচা।
রোজম্যারি অয়েল	বাইট কোঁটা।
ইংলিস্ ল্যাবেণ্ডার তৈল	চল্লিশ কোঁটা।

উপরের লিখিত দ্রব্য সমূহ এক সঙ্গে মিশাইলে টাকের চমৎকার ঔষধ প্রস্তুত হইবে। এই তৈল টাকের উপর মাথিলে উহা ভাল হয়।

লিখিত ঔষধ ব্যবহার করিলে চুলের গোড়া শক্ত হয় স্তবরাং

চুল আর উঠিয়া যায় না এবং উহা অত্যন্ত ঘন হয়। এই তৈলের ন্যায় ম্যাকাসার অণ্ডেল দ্বারাও বিস্তর উপকার হইতে দেখা গিয়াছে।

জ্বরাদি রোগে কেশ-হীনতা হইলে শীতল জলে সাবান দ্বারা মস্তক ধৌত করিলে অল্প দিনের মধ্যে চুল উঠিয়া থাকে।

প্রতিদিন স্নানের পর একখানি টুয়ালে (খস্খসে গোছের) টাকের উপর ঘষিতে হইবে। এই সহজ উপায়েও অনেকের টাক ভাল হইতে দেখা গিয়াছে।

টাকের যে সকল ঔষধ লিখিত হইল, তৎসমুদায় ডাক্তারখানায় পাওয়া যায় এবং মূল্যও অধিক নহে। অতএব প্রত্যেক কেশ-হীন ব্যক্তি এই সকল ঔষধ ব্যবহার করিয়া কেশ হীনতার হস্ত হইতে মুক্তিনাভ করিতে পারেন। •

কেশ মস্তকের প্রধান শোভা স্মুতরাং উহার অভাবে দেখিতে অত্যন্ত কদর্য্য দেখায়। বিশেষতঃ পুরুষ অপেক্ষা স্ত্রীলোকদিগের পক্ষে উহা বাস্তবিকই অশোভাকর। এদেশে রমণীগণের মধ্যে অনেকেরই সিত্তির চুল উঠিয়া যাইতে দেখা যায়। সিন্দূর ব্যবহার যে উহার একটা কারণ তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই। চুল অত্যন্ত আঁটিয়া অর্থাৎ টান্ টান্ করিয়া খোপা বাঁধিলেও ক্রমে ক্রমে চুলের গোড়া আলগা হইয়া পরিশেষে টাকরূপে পরিণত হয়। পার্শ্ব দোষেও অনেকের চুল উঠিয়া যায়।

যে সকল দ্রব্য দ্বারা চামড়া টাটাইয়া উঠে। তৎসমুদায় প্রায়ই টাকের ঔষধ। এই জন্ত এদেশে টাকের উপর বিছুটির ফল এবং পিয়াজের রস ঘষিতে দেখা যায়। যে সকল ঔষধের কথা লিখিত হইল তন্নির আরও অনেক প্রকার ঔষধ আছে, কিন্তু লিখিত ঔষধগুলি ব্যবহার করিলে, তৎসমুদায়ের প্রায় ব্যবহার প্রয়োজন হয় না।

কণ্টকারী অর্থাৎ কাঁটানোটে গাছের মূল শিকড়ের রস অথবা তাহা বাটিয়া গায়ে মাখিলে এবং প্রতিদিন অল্প পরিমাণে সেবন করিলেও পারার দোষ নষ্ট হইয়া থাকে।

প্রাতন দেশী কুমড়ার জল গায়ে মাখিলে এবং প্রতিদিন এক ছটাক পরিমাণে সেবন করিলেও বিশেষ উপকার হয়।

উকুন মারিবার উপায়—পানের রস মাথায় মাখিলে উহা নষ্ট হইয়া থাকে।

নাথায় কপূর মাখিলেও মরিয়া যায়।

মাথায় সাবান ফেনাইয়া দিয়া খুব সোফা চিক্রনী দ্বারা তিন চারি দিন আঁচড়াইতে আরম্ভ করিলেও উহা বাহির হইয়া থাকে।

স্তন্য দুগ্ধ—ভূঁইকুমড়ার মূল বাটিয়া গব্য দুগ্ধের সহিত পান করিলে স্তনে দুগ্ধ বৃদ্ধি হইয়া থাকে।

মহাস্থন্দরী নামক গাছের মূল সেবন করিলেও উহা বৃদ্ধি হইয়া থাকে।

ছুঁচার বিষ—আমরুল নামক শাকের প্রলেপ গায়ে মাখিলে এবং উহা আহার করিলেও এই বিষ নষ্ট হয়।

বিছার বিষ—ছুরী ঘাসের মূল বাটিয়া আহার করিলে জ্বালা ঘুচিয়া যায়।

কাটা ঘা—থয়ের গুঁড়াইয়া ঘায়ের উপর দেও শুকাইয়া আসিবে।

হরিদ্রা বাটা দিলেও ঐরূপ উপকার হইয়া থাকে।

কেশরাজ নামক গাছ বাটিয়া প্রলেপ দিলেও কাটা ঘা আরাম হয়।

মোমাছির দংশন—সৈন্ধব নামক লবণ প্রলেপ দিলে জ্বালা ভাল হয়।

ফোড়া—ফোড়া বসাইতে হইলে যতটা স্থান চাপ লইয়া উঠিবার উপক্রম হয়, সেই স্থান ব্যাপিয়া গোলমরিচ জলে বাটিয়া প্রলেপ দিলে উহা বসিয়া যাইবে।



বিবিধ তত্ত্ব ।

একটা স্ট্রুচ দাঁতে কামড়াইয়া রাখিয়া পিয়াজ কুটিলে তাহার কাঁজে চোক দিয়া জল পড়ে না এবং চোকে জ্বালা হয় না ।

আয়সলা।—বাক্স ও আলমারি প্রভৃতিতে আরসুলার উৎপাত হইলে, এক চাপ কপূর রাখিলে উহারা তথায় গমন করে না ।

অয়েল পেইণ্টের ছবি পরিক্ষার ।

ঘোড়া কিম্বা গোরুর অধিক দিনের মূত্রে একটু পাক্সা লবণ মিশাইয়া তদ্বারা একখানি পশমী নেকড়া ভিজাও । এখন সেই নেকড়াখানি লইয়া ছবি পুছিতে থাক, যখন দেখা যাইবে, উহা বেশ পরিক্ষার হইয়াছে । তখন এক খণ্ড স্পঞ্জ পরিক্ষার জলে ভিজাইয়া উহা বেশ করিয়া ধোত কর । ছবিখানি শুষ্ক হইলে পরিক্ষার বস্ত্র দ্বারা ঘষিয়া লইলেই ছবির নূতন সৌন্দর্য্য প্রকাশ হইবে ।

অখের উচ্চতা।—নবপ্রসূত অশ্বশাবকের খুর হইতে জাহ্নু পর্য্যন্ত মাপিলে যত হয়, পরিণত বয়সে অশ্ব প্রায় তাহার তিন গুণ উচ্চ হইয়া থাকে ।*

কলার আবাদ।—এক হাত অন্তর আধ হাত বাই ।

কলা পৌঁতগে চাষা ভাই ॥

কলা পুঁতে না কেট পাত ।

তাইতে কাপড় তাইতে ভাত ॥

কলাগাছ রোপণ সম্বন্ধে খোনার এই বচনটা অনেক দিন হইতে চলিত আছে । গৃহস্থদিগের উহার অর্থ জানিয়া রাখা আবশ্যক । এক হাত অন্তর অন্তর এবং আধ হাত গভীর গর্ত্ত করিয়া কলাগাছ পুঁতিতে হয় । এইরূপ নিয়মে গাছ রোপণ করিয়া যদি তাহার পাতা কাটা না যায় তবে তদ্বারা গৃহস্থগণের বিলক্ষণ লাভের সম্ভব । কলার পাতা কাটিলে গাছের বৃদ্ধির ব্যাঘাত জন্মে এবং শীঘ্র ফলন হয় না ।

* অগ্ন্যতত্ত্ব দেখ ।

দেওয়ালের প্রস্থ নির্ণয় ।

গৃহাদি নির্মাণকালে, দেওয়াল পাছে অগ্রশহু হইয়া গৃহ হইয়া হয়, তদ্বিষয়ে লক্ষ্য রাখা বেরূপ আবশ্যক, উহা অনাবশ্যকীয় চোড়া করিয়া, বাহাতে অনর্থ ব্যয় বৃদ্ধি না হয়, সে বিষয়ে দুইটি নিয়ম সেইরূপ প্রয়োজনীয়। গৃহের সকল দেওয়াল সমান চোড়া করিয়া আবশ্যক হয় না। কোন দেওয়ালে কিরূপ ভার পড়িবে, ইত্যাদি বিবেচনা করিয়া উহার প্রস্থ নির্ণয় হইতে হয়। স্থপতি বিদ্যার বিচারপারদর্শিতা না থাকিলে, স্থপতিগণ প্রত্যেক দেওয়ালের প্রস্থ নির্ণয় করা যায় না। কিন্তু অধিকাংশ গৃহস্থই, এঞ্জিনিয়ারের সাহায্য না লইয়া আপনারা গৃহ নির্মাণ করিয়া থাকেন। তাঁহাদের সুবিধার জন্য আমরা নিম্নে, দেওয়ালের প্রস্থ নির্ণয়ের কয়েকটি সহজ উপায় লিখিতেছি।

অগ্রশহু দেওয়াল দুই প্রকারে নষ্ট হইতে পারে। ১ম—সমাক্ষর না থাকার, উল্টাইয়া পড়িয়া যাইতে পারে এবং ২য়—উপরিহু ভাঙা বহনে অসমর্থ হওয়ার, ইহার ইষ্টকাদি গুঁড়া হইয়া যাইতে পারে সাধারণ গৃহাদিতে দ্বিতীয় কারণটি ঘটিবার প্রায় সম্ভব থাকে না বড় বড় গৃহ বা অন্য কোনরূপ গুরুতর ভার উপরে না থাকিলে ইট গুঁড়া হইয়া দেওয়াল পড়িবার সম্ভাবনা প্রায় থাকে না। বা গৃহাদির অগ্রশহু দেওয়াল, প্রথম কারণেই প্রায় পড়িয়া যায়।

সাধারণ বাসগৃহাদির দেওয়াল যখন দ্বিতীয় কারণে ভাঙিবার সম্ভাবনা নাই, তখন কেবল এইরূপ, দেখিলেই যথেষ্ট হইল যে, উক্ত চোড়া করিলে প্রথম কারণে (অর্থাৎ উল্টাইয়া) পড়িয়া না যায়।

যে “বল” (Load) দেওয়ালটিকে উল্টাইয়া ফেলিবার চেষ্টা করে উহা দেওয়ালের উচ্চতা এবং ইহার উপরিহু ভারের ন্যূনতম সীমা সারে, কম বা অধিক হইয়া থাকে *। দেওয়ালের উপরিহু

* সাধারণ গৃহের কথাই বলিতেছি। নতুন অস্ত্রাদি অনেক স্থানে আছে যদ্বারা এই বলের বৃদ্ধি হইতে পারে।

গৃহের উচ্চতা ও প্রস্থের উপর নির্ভর করে ; কারণ দেওয়াল যত উচ্চ হবে, উহার গাঁথনি তত বৃদ্ধি হওয়ায়, উহার গুরুত্বও সেই পরিমাণ বৃদ্ধি পাইবে, যেহেতু প্রত্যেক দেওয়ালকে (বাহার উপর ছাদের কড়ি) ইহার উভয় পার্শ্বের ছাদের অর্ধেক ভার বহন করিতে হয় ; তত্বত অধিক প্রশস্ত হইবে, দেওয়ালকে তত অধিক ভার বহন করিতে হইবে। এক্ষণে যখন স্থির হইল যে, দেওয়ালের উপরিস্থ ভার, গৃহের উচ্চতা এবং প্রস্থের উপর নির্ভর করে, এবং উপরোক্ত “বল” টী যখন দেওয়ালের উচ্চতা—এবং ইহার উপরিস্থ ভার সাপেক্ষ, তখন উক্ত বলের সঙ্গে বৃদ্ধি, গৃহের উচ্চতা এবং প্রস্থের ন্যূনাধিক্য অনুসারে হইয়া থাকে ; তদ্বারা গৃহ যত অধিক উচ্চ এবং প্রশস্ত হইবে, উপরোক্ত বলের বেগ হ্রাসিত করিবার জন্ত, দেওয়ালের প্রস্থও সেই পরিমাণ বৃদ্ধি করিতে হইবে। ঝটিকাদি দ্বারাও দেওয়াল পড়িয়া যাইতে পারে ; এই জন্ত দেওয়ালের প্রস্থ স্থির করিবার সময় এই সকল কারণে, কিঞ্চিৎ বৃদ্ধি করিয়া ন্যূনতম উচিত ।

গৃহের দেওয়ালগুলি ছাদ দ্বারা পরস্পর সংযুক্ত এবং মধ্যে মধ্যে যত্নপূর্ণ দেওয়ালের ঠেসে থাকায়, পরস্পরের সাহায্যে, ইহাদের বল বৃদ্ধিক্রমে বৃদ্ধি পাইয়া থাকে। এইজন্য সমান উচ্চ গৃহের দেওয়াল এবং প্লাই (Plain) প্রাচীর এই উভয়ের মধ্যে, প্রাচীরের প্রস্থ কিঞ্চিৎ বৃদ্ধি হওয়া উচিত। যদি ইট, চুন, স্মরকি ও গাঁথনি ভাল হয়, তাহা হইলে সাধারণতঃ যেকোন দীর্ঘ হইয়া থাকে সেইরূপ প্রাচীরের প্রস্থ হার উচ্চতার ১/২ অংশ করিলেই চলিতে পারে। অর্থাৎ নয় ফুট উচ্চ হইলে উহার প্রস্থ এক ফুট করিতে হয়। কিন্তু যদি মাঝে মাঝে অসঙ্গত গাঁথা থাকে তাহা হইলে, ঐ প্রস্থ আরও কমাইতে পারা যায়। প্রাইমারিয় নিয়ম এইরূপ প্রাচীরের উচ্চতার এবং দুইটি নিকটবর্তী ঠেসের মধ্যস্থিত দৈর্ঘ্যের বর্গফল স্থির কর। ঐ দুই বর্গফলের সমষ্টির বর্গমূল নির্ণয় কর। একটা ঠেসের গোড়া এবং অপর ঠেসের অগ্রভাগ, এই উভয় বিন্দুর সংযোজক সরল রেখাকে আমরা কর্ণ বলিব। উপরোক্ত

বর্গমূল দ্বারা এই কর্ণের দৈর্ঘ্য নিরূপিত হইল। এক্ষণে উক্ত অংশ লইয়া পূর্বোক্তরূপে প্রাচীরের প্রস্থ স্থির কর। ঐ প্রস্থকে ঠেসের মধ্যস্থিত দৈর্ঘ্য দ্বারা গুণ করিয়া, উক্ত কর্ণ দ্বারা ভাগ করি প্রাচীরের প্রস্থ নিরূপিত হইল। যথা মনে কর একটা প্রাচীরের দৈর্ঘ্য ১২ ফুট এবং উহাতে প্রতি ১২ ফুট অন্তর এক একটা দৃঢ় ঠেস অর্থাৎ উহার প্রস্থ কত হইবে ?

$$\text{কর্ণ} = \sqrt{১২^২ + ১২^২}$$

$$= \sqrt{৮১ + ১৪৪}$$

$$= \sqrt{২২৫} = ১৫ \text{ ফুট}$$

সুতরাং দেওয়ালের প্রস্থ = $\frac{১২}{১৫} \times ১২ = \frac{৪}{৫}$ ফুট = ১০ ইঞ্চি (প্রায়)

যদি ঠেস না থাকিত তাহা হইলে উক্ত প্রাচীরের প্রস্থ পূর্বে নিয়মানুসারে $\frac{১২}{১২} = ১$ ফুট করিতে হইত।

প্রাচীর যদি একটানা না গাঁথিয়া, বহুভুজ ক্ষেত্রাকারে গাঁথা তাহা হইলে ইহার প্রত্যেক বাহুর উভয় পার্শ্বের বাহুদ্বয়, ঠেসের কার্য্য করে ; সুতরাং একটানা প্রাচীরের প্রস্থ অপেক্ষা এইরূপ প্রাচীরের প্রস্থ, ঠেসযুক্ত প্রাচীরের নিয়মানুসারে কম করিতে পারা যায়। একটা অসংখ্য ভুজবিশিষ্ট ক্ষেত্র। সুতরাং বৃত্তাকার বা গোল প্রাচীর প্রত্যেক বিন্দুর উভয় পার্শ্বের বিন্দুদ্বয় ঠেসের কার্য্য করে। এই নিতান্ত কাছাকাছি ঠেস দিয়া একটানা প্রাচীর গাঁথিলে, উহার অতি সামান্য প্রস্থের আবশ্যক হয়, গোল প্রাচীর, সাদা (Plain) গাঁথিলেও, উহার প্রস্থ সেইরূপ কম করিলে চলিতে পারে। ৭ গোল প্রাচীরের প্রস্থ, অপরূপ সকল আকারের প্রাচীরের প্রস্থ অপেক্ষা অনেক কম করিতে পারা যায়।

পূর্বেই উল্লিখিত হইয়াছে, গৃহাদির দেওয়াল সকল, পরস্পর পরস্পর সাহায্য করায়, উহাদের প্রস্থ, প্রাচীরাদি খোলা দেওয়ালের প্রস্থ অপেক্ষাকৃত কম করিলে চলিতে পারে। বাস গৃহাদি, প্রায় বিভিন্ন বিভক্ত হইয়া থাকে। প্রতিকালের দেওয়ালের প্রস্থ, উহার উপরের ও

সুতরাং উল্লিখিত নিয়মানুসারে, দ্বিতীয় তলের দেওয়ালের

$$= \frac{২২}{৭} \times \frac{১৪}{\sqrt{২২^২ + ১৪^২}}$$

$$= \frac{২২}{৭} \times \frac{১৪}{৩২.২} = \frac{৫৮}{৩২.২}$$

$$= ১.৭ ফুট = ১ ফুট ৮ ইঞ্চি$$

তৃতীয় তলের মেঝে হইতে উহার ছাদ = ১৪ ফুট

সুতরাং তৃতীয় তলের দেওয়ালের প্রস্থ

$$= \frac{১৪}{৭} \times \frac{১৪}{\sqrt{১৪^২ + ১৪^২}}$$

$$= \frac{২৮}{২২.২} = ১.৪ ফুট$$

$$= ১ ফুট ৪ ইঞ্চি$$

দেওয়ালের প্রস্থ, ইটের মাপ অনুসারে করা উচিত; অর্থাৎ উহা করা আবশ্যক যেন উহা আধ, এক, দেড়, দুই, আড়াই, ইত্যাদি প্র ইট দ্বারা ঠিক ঠিক মিলিয়া যায়। ইহার অস্তিত্ব করিলে, দেওয়ালের ডেরি বা টুকরা ইট দিতে হয় এবং তাহাতে দেওয়ালের দৃঢ়তা কমিয়া যাবে। দেওয়ালের প্রস্থ এরূপ যে, উহাতে দুই ইট খাইয়াও ভিতরে টু ইট দিতে হইয়াছে, উহা যদিও দুই ইটের দেওয়াল অপেক্ষা কিঞ্চিৎ অ চৌড়া, কিন্তু টুকরা ইট দ্বারা, গাঁথিতে বাঁধনের দোষ ঘটায়, শেতে দেওয়ালটি প্রথমোক্ত অপেক্ষা অধিক দৃঢ়।

উল্লিখিত কারণে, উপরোক্ত নিয়ম দ্বারা, দেওয়ালের প্রস্থ নির্ণয় কর ইটের পরিমাণ অনুসারে, উহার কিঞ্চিৎ কম বেশী করিয়া লওয়া উচিত। কর ১০ × ৫ × ৩ পরিমাণের ইট দ্বারা গাঁথিতে হইবে। উপরোক্ত উদাহরণ প্রথম তলের দেওয়ালের প্রস্থ ১ ফুট ১১ ইঞ্চি স্থির হইয়াছে। কিন্তু ইটের মাপে, ১ ফুট ১১ ইঞ্চি প্রস্থ হয় না। ১ ফুট ৮ ইঞ্চি অর্থাৎ দুইখানি পরিমিত, অথবা ২ ফুট ১ ইঞ্চি অর্থাৎ আড়াইখানি ইটের মাপ হইতে পা ১ ফুট ১১ ইঞ্চি স্থলে ১ ফুট ৮ ইঞ্চি দেওয়া উচিত নহে, ২ ফুট ৮ ইঞ্চি

হুই। এই ক্ষুদ্র উপরোক্ত উদাহরণের প্রথম তলের দেওয়ালের প্রস্থ ইট পরিমিত করা উচিত। ঐ উদাহরণে দ্বিতীয় তলের দেওয়াল ১ ফুট চৌদ্দা নির্ণীত হইয়াছে। উহা ঠিক হুই ইট পরিমিত। অতএব দ্বিতীয় তলের দেওয়াল হুই ইট পরিমিত প্রস্থ করা উচিত। তৃতীয় তলের দেওয়াল ১ ফুট ৪ ইঞ্চি চৌদ্দা স্থির হইয়াছে। ১ ফুট ৩ ইঞ্চি ঠিক দেড় ইট পরিমিত। অতএব ঐ দেওয়াল দেড় ইট চৌদ্দা করা উচিত।

দেওয়ালের প্রস্থ নির্ণয় করিবার যে নিয়ম উপরে লিখিত হইল, উহার প্রয়োগ পাকা গাঁথনির পক্ষে। পগুমিলের ভাব্য ইট এবং উৎকৃষ্ট মসলা হইলে, দেওয়ালের প্রস্থ আরও কম করিতে পারা যায়। এইরূপ দেওয়ালের প্রস্থ নিরূপণ করিতে হইলে উল্লিখিত নিয়মানুসারে সমুদায় ছিঁড়িত হইবে, কেবল উচ্চতায় ৬ অংশ না লইয়া, ৬ বা ৬ অংশ লইতে তথ্য।

কর। গৃহের দেওয়াল ১ ফুট ৩ ইঞ্চি অর্থাৎ দেড় ইট অপেক্ষা কম চৌদ্দা করা ন্যূনতম নহে। দেওয়ালের প্রস্থ নিরূপণকালে এইটা স্মরণ রাখা উচিত, সকলের উপর তলের দেওয়াল, দেড় ইট অপেক্ষা কম চৌদ্দা না হয়। যত গাঁথনি হইলে এক ইটের ভিত্তিতে চলিতে পারে, কিন্তু দেড় ইটের ল ভাল হয়।

যদি সর্বত্র সকল দেওয়ালের উপর কড়িকাঠ না থাকে, তাহাদের প্রস্থ ক্ষুদ্রতম কম করিলে চলিতে পারে। উহারা আপনাদিগের ভার চ্যুতায় পড়িয়া না যায়, এরূপ চৌদ্দা করিলেই যথেষ্ট হইল। এই সকল দেওয়ালের প্রস্থ নিরূপণ করিতে হইলে, পূর্বোক্ত নিয়মানুসারে প্রস্থ স্থির আয়া উহার ৬ বা ৬ অংশ কমাইয়া লইলেই চলিতে পারে। কিন্তু অল্পটা ঠিক ইটের মাপে হওয়া আবশ্যক। পূর্বোক্ত উদাহরণে, প্রথম তলের দেওয়ালের প্রস্থ ১ ফুট ১১ ইঞ্চি নির্ণীত হইয়াছে। অতএব ঐ তলের এড়ো দেওয়ালের প্রস্থ, ১ ১১"—১ ১১"—১ ফুট ৭ ইঞ্চি অর্থাৎ হুই পরিমিত হইবে।

এতদ্ব্যতীত অনেকে “কাঁচা পাকা” গাঁথনি, অর্থাৎ পাকা ইট, কাদা দ্বারা গাঁথিয়া

থাকেন। একপ দেওয়ালের প্রস্থ, পাকা দেওয়ালের প্রস্থ অপেক্ষা ১/২ অংশ অধিক করা উচিত। অর্থাৎ যেখানে পাকা দেওয়াল আট ইট পরিমিত করা আবশ্যক, সেখানে (কাঁচা পাকা) দেওয়াল তিন চোড়া করিতে হইবে।

জল রাখিবার জন্ত অনেকে চৌবাচ্চা গাঁথাইয়া থাকেন। চৌবাচ্চার দেওয়ালের প্রস্থ পূর্বোক্ত নিয়মানুসারে স্থির করিলে ঠিক হয়। তরল পদার্থ আপনা আপনিই ছড়াইয়া পড়ে। উহার ঐ গতি রোধ করিবার জন্য, চৌবাচ্চায় দেওয়ালের অধিক বলের, অর্থাৎ অপ্রস্থের আবশ্যক। বৃহৎ বৃহৎ জলাশয় বা বড় বড় খানাদির স্থির পাকা দেওয়াল দ্বারা আটকাইয়া রাখিতে হইলে, ঐ দেওয়ালের ও জলের গভীরতা অর্থাৎ দেওয়ালের উচ্চতার ১/২ অংশ করিলেই যথেষ্ট। যদি ঐ দেওয়ালে মাঝে মাঝে ঠেস গাঁথা যায়, তাহা হইলে ঐ দেওয়ালের বলের স্বর্কতা না করিয়া, আরও কমাইতে পারা যায়। স্থান করিবার জন্য, সাধারণতঃ যেকোন চৌবাচ্চা প্রস্তুত করা যায়, উ প্রান্তের এড়া দেওয়ালের ঠেসে থাকায়, উহার প্রত্যেক দেওয়ালের (২) অনেক পরিমাণে বৃদ্ধি পায় এবং তজ্জন্ত উপরোক্ত নিয়মানুসারে ১ চোড়া করিবার আবশ্যক নাই। যে সকল চৌবাচ্চা দশ, বার কুৎ অধিক লম্বা নহে, উহাদের দেওয়ালের প্রস্থ, উচ্চতার ১/২ অংশ করিতে যথেষ্ট হইল। যে সমুদয় চৌবাচ্চা অধিকতর দীর্ঘায়তন, তাহাতে দেওয়ালের প্রস্থ, চৌবাচ্চার গভীরতা অর্থাৎ দেওয়ালের উচ্চতার ১/২ করিতে হয়।

চৌবাচ্চার জল পুরিয়া রাখিলে, ঐ জলের বাহির হইবার বেগ, চৌবাচ্চার নিম্ন ভাগেই সর্বাধিক থাকে এবং উপরে উঠা যায়, ততই ঐ বেগ কমিতে থাকে; সুতরাং চৌবাচ্চা দেওয়ালের “বল” ঐ বেগ অবরোধ করিবার জন্য, নিম্ন ভাগেই অধিক পাকা আবশ্যক এবং যত উপরে উঠা যায় ততই কমাইতে পারা যায়। অর্থাৎ দেওয়ালের প্রস্থ গোড়ায় অধিক করিয়া উপরে যৎসাম

২ অর্ধ ইট পরিমিত করিলেই চলিতে পারে। চালটী দেওয়ালের
ভাগে দেওয়া উচিত। হিসাব মত, চালটী সরল রৈখিক না
হয়, প্যারাবোলা (Parabola) আকার কোর করিয়া দিলেই ভাল

কিন্তু একরূপ গাঁথিতে অপেক্ষাকৃত অধিক ব্যয় ও অভিজ্ঞতার
বশতক। এইজন্ত উহা প্রায় সরল রৈখিক আকারে গাঁথা হইয়া থাকে।

পুরাতন দেওয়াল বা মৃত্তিকাদির ঠেস রাখিবার জন্ত পোস্ত গাঁথিবার
বশত হয়। “পোস্তর” প্রস্থ সাধারণ দেওয়ালের নিয়মে করিলে চলে

উহা অধিকতর চোড়া করা আবশ্যক। উদ্যানাদির প্রাচীর নির্মাণ
রূতে হইলে, অনেক স্থানে প্রাচীরের বহির্ভাগে গভীর খানা বা পয়নালা

অপর দিকে বাগানের উচ্চ জমি থাকে। একরূপ প্রাচীরের
অংশ পয়নালায় নিম্নভাগ এবং বাগানের মাটির উপরি ভাগের মধ্যে
ক, তাহার প্রস্থ সাধারণ দেওয়ালের মত না করিয়া, পোস্ত দেওয়ালের
মামুলুসারে করিতে হয়। উহার উপরিভাগের প্রস্থ সাধারণ প্রাচীরের
মামুলুসারে করিতে হইবে। পোস্তর উদাহরণ স্বরূপ বাগানের প্রাচীরের
এরূপ লিখিত হইল, সেইরূপ অনেক স্থলে মাটির বা অন্ত কোন
ব্যর ঠেস রাখিবার জন্ত, অনেক গৃহস্থকে পোস্ত গাঁথিতে হয়। এইজন্ত
পোস্তর প্রস্থ নিরূপণ করিবার নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

মৃত্তিকাদি কোন স্থানে উঁচা করিয়া জড় করিয়া রাখিলে উহাদের
ধ্বংস আপনা আপনি যেরূপ চালুভাবে থাকে, তাহাকে ঐ সকল দ্রব্যের
স্থিতি কোণ কহে। সকল দ্রব্যের “স্থিতি কোণ” সমান নহে। বালুকার
স্থিতি কোণ ৩৫ই ডিগ্রি সাধারণ মাটির স্থিতি কোণ ৪৬ই ডিগ্রি ইত্যাদি।
পোস্তর প্রস্থ, উহা যে দ্রব্যের ঠেস রাখিবার জন্ত নির্মিত হয়, তাহার স্থিতি
কোণ ও গুরুত্বের উপর নির্ভর করে—স্থিতি কোণ যত অধিক হইবে,
পোস্তর প্রস্থ তত কম করিতে হইবে এবং উক্ত প্রস্থ যত ভারী হইবে ঐ
প্রস্থ তত অধিক করিতে হইবে।

গণনা দ্বারা স্থিরীকৃত হইয়াছে যে, বালুকার ঠেস রাখিতে হইলে,
পোস্তর প্রস্থ, উহার উচ্চতা ৬ অংশ করিতে হয় এবং সাধারণ মাটির

ঠেস রাখিতে হইলে, ঐ প্রস্থ উচ্চতায় ২ অংশ করিলেই চলে, অর্থাৎ চূণ, সুনকি ও টষ্টক দ্বারা নির্মিত পোস্ত, বার ফুট উচ্চ হইলে, বালুকার বেলায় উঠাব প্রস্থ চারি ফুট এবং সাধারণ মাটির সময় তিন ফুট করিতে হইবে। যে দ্রবোর ঠেস রাখিতে হইবে উঠাব উচ্চতা যদি পোস্তের উচ্চতা অপেক্ষা অধিক হয়, তাহা হইলে উক্ত প্রস্থ, ঐ অতিবিক্ত উচ্চতানুসারে, অপেক্ষাকৃত অধিক চোড়া করা আবশ্যিক। যে কারণে চৌবাচ্চাদির দেওয়াল ঢালুভাবে গাঁথা উচিত, সেই কারণে পোস্তের ভিতর দিক সোজা এবং বহিঃভাগ ঢালু করিয়া গাঁথিলে ভাল হয়।

কীট পতঙ্গাদির দংশন।

কীট, পতঙ্গ, সপ এবং শৃগাল কুকুর্বাদির দংশন সাধারণতঃ তিন শ্রেণীতে বিভক্ত করা যাইতে পারে। অর্থাৎ কীটাদি চর্মের উপর ছল ফুটাইয়া দেয়। ইহা দ্বারা জীবনের কোন অনিষ্ট আশঙ্কা থাকে না। তবে কতক পরিমাণে যন্ত্রণা সহ্য করিতে হয়। শরীরের মধ্যে সকল স্থানে ছল ফুটাইলে সমানরূপ কষ্ট কর বোধ হয় না। শরীরের যে যে অংশ অত্যন্ত কোমল অর্থাৎ চোকের কোণ প্রভৃতি স্থান সমূহে ছল ফুটাইলে ঐ সকল স্থান ফুলিয়া উঠে এবং লাল হইয়া থাকে। কোন স্থানে বহু দূরত্বে একটী সোক হুঁচের অগ্রভাগ অতি সাবধানতাব সহিত তাহা তুলিয়া ফেলা উচিত। ছল তুলিয়া চা-খড়ি ও গুলি অয়েল অথবা নারিকেল তৈল এক সঙ্গে তুলিয়া কায়ের মত করিয়া সেই স্থানে প্রলেপ দিলে যন্ত্রণা নিবারিত হইয়া থাকে।

ছল ফুটান স্থানে গরম তাম্বুলি তৈল কিম্বা ভিনিগার দ্বারা ধৌত করিলেও তৎক্ষণাৎ যন্ত্রণার শাস্তি হইয়া থাকে।

দ্বিতীয় প্রকার দংশনে চর্মভেদ হয় না, কেবলমাত্র দৃষ্টস্থান লাল হইয়া উঠে, ইহাও তত ভয়েব বিষয় নহে; তৃতীয় প্রকার দংশনে চর্ম ভেদ হইয়া রক্ত নির্গত হইয়া থাকে। সুতরাং বিষাক্ত প্রাণীর দংশন হইলে বিশেষ

অমঙ্গলের আশঙ্কা। কোন্ কোন্ দংশনে কিরূপ অনিষ্ট হইবার সম্ভব এক্ষণে তাহার বিবরণ লিখিত হইতেছে। যে দংশনে শোণিত নিঃসৃত হয়, সেই দংশনে দষ্ট প্রাণীর বিষ রক্তের সহিত সংযুক্ত হইয়া শরীরেদ অন্যান্য অঙ্গে সঞ্চারিত হইয়া থাকে। শোণিত বিযাক্ত হইলেই জীবন পর্য্যন্ত নষ্ট হইতে পারে। এইজন্য ঐরূপ দংশন অত্যন্ত বিপদ-জনক মনে করা উচিত।

বিছা, মোমাছি এবং বোলতা প্রভৃতির দংশনে কোন কোন ব্যক্তি এবং শিশুগণ অত্যন্ত দুর্বল হইয়া পড়ে। সর্ব্বশরীর ঝিম্ ঝিম্ করিতে থাকে। দংশিত ব্যক্তির ঐরূপ অবস্থা উপস্থিত হইলে তাহাকে স্থিরভাবে চীৎ-করাইয়া শয়ন করিতে দেওয়া কর্তব্য এবং জলের সহিত অল্প পরিমাণে ত্রাণ্ডি কিম্বা এমোনিয়া সেবন করাইলে দুর্বলতা ঘুচিয়া যায়, রোগী সুস্থতা অশুভব করিতে থাকে।

মুখের ভিতর কোন প্রকারে কীটাদি দংশন করিলে সেস্থান অত্যন্ত ফুলিবার সম্ভব এবং তদ্বারা দংশিত ব্যক্তি অত্যন্ত কষ্ট অশুভব করিতে থাকে, তজ্জন্য দষ্ট স্থানের বাহিরে জৌক ধরাইলে সহজেই কষ্ট নিবারণ হইবার সম্ভব। জৌক ছাড়িয়া পড়িলে সেই স্থানটা গরম জল দ্বারা ধোত করিতে হয় এবং লবণ মিশ্রিত জল ভিতরে লাগাইতে হইবে। মধ্যে মধ্যে বরনের টুকরা খাওয়াও ভাল।

শয়নের সময় অল্প পরিমাণে তৈল মাখিয়া শয়ন করিলে মশাদির দংশন হইতে পরিত্রাণ পাওয়া যায়। উগ্রগন্ধবিশিষ্ট দ্রব্যের গন্ধে মশকাদি লাগে না।

অন্যান্য কীটাদির দংশনে ওডিকলম লাগাইলে আরাম হইয়া থাকে। যে সকল কীট পতঙ্গাদির দংশনে দষ্ট স্থান ফুলিয়া লাল হয়, রাত্রে সেই স্থানে মসিনার পুন্টিস এবং দিবসে শীতল জলের পটি দিলে কোন প্রকার কষ্ট থাকে না।

অপরিস্কৃত স্থান সমূহেই কীটাদির অত্যন্ত আশঙ্কা। এজন্য বাসস্থান পরিষ্কার রাখিতে চেষ্টা করা উচিত।

গ্রীষ্ম ও বর্ষাকালেই কীট পতঙ্গ এবং সর্পাদির প্রাদুর্ভাব হইয়া থাকে
এজন্য ঐ সময়ে সতত সাবধানে থাকা আবশ্যিক ।

শৃগাল ও কুকুরাদির দংশন ।

কীট পতঙ্গাদির দংশনে প্রাণের আশঙ্কা থাকে না, কিন্তু কুকুর ও
শৃগালাদির দংশন সেরূপ নহে, অনেক সময় ঐ সকল পশু ব দংশনে মনুষ্য-
দিগকে মৃত্যু-মুখে পতিত হইতে হয়। এজন্য যাহাতে ঐ সকল পশুর
আক্রমণ হইতে কোন প্রকার অনিষ্ট না হয়, তদ্বিষয়ে সাবধানতা অবলম্বন
কবাই বুদ্ধিমানের কাজ। প্রবীণ বয়স্ক ব্যক্তিগণ যদিও সাবধান হইতে
পারেন, কিন্তু অবাধ বালক বালিকাদিগকে সাবধান করা কঠিন। এজন্য
পল্লী মধ্যে দুষ্ট কুকুর থাকিলে মারিয়া ফেলা উচিত।

শৃগাল ও কুকুরাদিতে দংশন করিলেই যে বিপদজনক হইয়া থাকে এরূপ
মনে করা উচিত নহে। যে সকল পশু ক্ষিপ্ত অর্থাৎ ভল্ল হইয়া থাকে,
তাহাদিগের দংশনই গুরুতর আশঙ্কার কারণ। ক্ষিপ্ত ভিন্ন সহজ দংশনে
প্রায়ই কোন অপকার ঘটে না। যে দংশনে চর্মভেদ করিয়া দস্ত প্রবিষ্ট
হয়, তদ্বারা বিপদ ঘটবার সম্ভব।

সামান্য দংশনে অর্থাৎ চর্ম ভেদ না হইলে শীতল জল দ্বারা সেই স্থান
ধোত করা উচিত। কুকুরাদির দংশন-জনিত ক্ষত শীঘ্র শুকাইতে দেওয়া
ভাল নহে। বরং সেই স্থানে বা কবিয়া রাখিলে ভাল হয়। মটর ও
শিখাদি বাটিয়া ক্ষত স্থানে প্রলেপ দিলে শীঘ্র বা শুকায় না। কিছুদিন
পরে মলম দিলে উহা শুকাইয়া যায়। দষ্ট স্থানে পশুর দাঁত বসিলে কিম্বা
রক্ত স্রাব হইলে অথবা কেবলমাত্র ছাল উত্তিলে শীতল জলের পটি দেওয়া
আবশ্যিক।

যে সকল পশু ক্ষিপ্ত বলিয়া আশঙ্কা থাকে, তাহাদিগের দংশন
বিশেষ অনিষ্ট-জনক মনে করা উচিত। এজন্য দংশনমাত্রই নাই-
টিক য়াসিড্ একটা কাটি কিম্বা কাঁচের ডাউট কবিয়া ঐ স্থানে

ঘষিয়া দেওয়া কর্তব্য। লৌহ অত্যন্ত গরম করিয়া তদ্বারা পোড়া-
ইয়া দেওয়াও ভাল। গরম গরম পুন্টিস দিলেও উপকার হইয়া থাকে।
আশঙ্কা বশতঃ রোগী অত্যন্ত দুর্বল হইলে অল্প পরিমাণে ত্রাণ্ডি গরম
জলে মিশাইয়া সেবন করিলে সবল হইয়া উঠে। ক্ষিপ্ত কুকুবাদিতে
দংশন করিলে দষ্ট ব্যক্তির অধিক চলাফেরা করা ভাল নহে।

সর্প দংশনের স্থায় ক্ষিপ্ত কুকুর ও শৃগালাদির দংশন অত্যন্ত ভয়ানক।
কারণ তদ্বারা প্রায়ই মৃত্যু ঘটিয়া থাকে। ক্ষিপ্ত কুকুরাদির দংশনে
এক প্রকার রোগ জন্মে, সেই রোগের নাম জলাতঙ্ক। অর্থাৎ রোগী জল
দেখিলেই ক্ষেপিয়া উঠে। কখন কখন উন্মত্তবৎ হ্রোর করিতে থাকে,
কখন কখন চীৎকার করিয়া উঠে, কোন প্রকার চক্চকে জিনিষ
দেখিলে ভয় পায়। কখন কখন নিকটবর্তী মনুষ্যদিগকে হাঁচড়াইতে
ও কামড়াইতে উদ্যত হয়, কখন কখন একেবারে অচেতন হইয়া
পড়ে, কখন কখন নানা প্রকার প্রলাপ বকিতে থাকে, চোক মুখের
একপ্রকার ভাবান্তর উপস্থিত হয়। এই সকল লক্ষণের পর রোগী
মৃত্যু-প্রাণে পতিত হইয়া থাকে।

জলাতঙ্ক রোগের উপযুক্ত ঔষধ অদ্যাপি প্রকাশিত হয় নাই।
ক্ষিপ্ত পশুর বিষ বক্তে সঞ্চারিত হইলে যদিও রোগী বাচে না, তবে
যত প্রকার উপায় আছে, সেই সকল উপায় অনুসারে চিকিৎসা করা
উচিত।

ক্ষিপ্ত কুকুবাদিতে দংশন করিলে তৎক্ষণাৎ দষ্ট স্থানের উপর খুব
কসিয়া বাঁধা আবশ্যক, বন্ধনের উদ্দেশ্য এই যে, বিষ শরীরের অন্যান্য
ভাগে সঞ্চারিত হইতে পারে না। বন্ধন করিয়াই দষ্ট স্থান হয়
কাটিয়া কিম্বা পুড়াইয়া দেওয়া ভাল। যতক্ষণ কাটা অথবা পোড়ান
না হয়, ততক্ষণ বন্ধন খুলিয়া দেওয়া উচিত নহে।

কোন কোন বহুদর্শী চিকিৎসকের মতে কাটা ও পোড়া অপেক্ষা
দষ্টস্থানে কাষ্টকি উত্তমরূপে ঘষিয়া দেওয়ার অধিক উপকার হইবার
সম্ভব। কারণ ভালরূপে কাষ্টকি ঘাষিলে অত্যন্ত ক্ষুদ্র স্থান সমূহও

পুড়িয়া যাইতে পারে। ফলকথা দংশনমাত্রেই যাহাতে বিষ বাহির করিতে পারা যায় তাহার চেষ্টা করাই প্রধান চিকিৎসা।

কখন কখন একুপও ঘটিয়া থাকে যে, ক্ষিপ্ত ব্যক্তির নখ ও দস্তা-ঘাতে অনোরও জলাতন রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে।

ক্ষিপ্ত কুকুরাদির ন্যায় ক্ষিপ্ত বিড়ালের দংশনেও মৃত্যু ঘটবার সম্ভব।

গ্রাম কিম্বা পল্লী মধ্যে ক্ষিপ্ত কুকুরাদি দেখিলে তৎক্ষণাৎ মারিয়া ফেলা সর্বতোভাবে কর্তব্য। ক্ষিপ্ত কুকুরাদি দেখিলেই তাহাদিগের উন্নততা বুঝিতে পারা যায়। ক্ষেপার অবস্থায় তাহারা প্রায়ই এক স্থানে স্থির হইয়া থাকিতে পারে না। ইতস্ততঃ ছুটিয়া বেড়ায়, গতির স্থিরতা থাকে না, মুখ ব্যাদন করিয়া থাকে। মুখ হঠাতে লাল নির্গত হয়, চোকের দৃষ্টি বিকৃত হয়, লেজ ভাঙিয়া পড়ে। এই সকল লক্ষণাক্রান্ত কুকুরাদি দেখিলেই সাবধান হওয়া উচিত। এই সময় প্রত্যেক গৃহস্থকেই বালক বালিকাদিগকে যথেষ্টভাবে গৃহের বাহিরে যাইতে দেওয়া কর্তব্য নহে।

সর্পাঘাত।

যত প্রকার শ্রোণির দংশন হইতে পারে, তন্মধ্যে সর্প দংশন যার পর নাই বিপদের বিষয়। সর্প বিষের একুপ শক্তি যে, অল্প সময়ের মধ্যে চতুস্তান করিয়া জীবন নষ্ট করিয়া থাকে। এজন্য সর্পকে সাক্ষাৎ কৃতান্তের ন্যায় বিবেচনা করিয়া শত্রুর আক্রমণ হইতে সাবধান থাক উচিত।

সকল জাতীয় সর্প দংশনে অনিষ্টের আশঙ্কা থাকে না। যে সকল সর্প বিষ ধারণ করিয়া থাকে, তাহাদিগের দংশনই ভয়ানক এখানে ইহা জানা আবশ্যক, বিষধর সর্প দংশন করিলেই যে অনিষ্ট সাধিত হইয়া থাকে একুপও নহে। যে দংশনে শরীরে বিষ প্রবিষ্ট হয়, সেট দংশনই বিপদ জনক

সর্পের মুখ-মণ্ডো দুই কষে বিষদত্ত থাকে, সর্প রাগান্বিত হইয়া দংশন করিলে দষ্ট স্থানে বিষ পতিত হয়, সেই বিষ রক্তে মিশ্রিত হইয়া মহা অনিষ্ট করিয়া তুলে। ফলতঃ যে দংশনে শরীরে বিষ সঞ্চার না হয় সে দংশনে কোন প্রকার আশঙ্কা থাকে না।

পূর্বেই বলা হইয়াছে সর্পাঘাত যার-পর-নাই বিপদের বিষয়। এজন্ত দংশনমাত্রই বিশেষরূপ সতর্ক হইয়া চিকিৎসাতে মনোযোগ দেওয়া আবশ্যিক। সর্পাঘাতে যত প্রকার চিকিৎসা আছে, তন্মধ্যে একটি বিষয়ে বিশেষ সতর্ক থাকা গুরুতর কর্তব্য; অর্থাৎ যাহাতে বিষ রক্তের সহিত সংযোগ হইতে না পারে, তাহার ব্যবস্থা করা উচিত। এজন্ত দংশন স্থান যত শীঘ্র কাটিয়া ফেলা যায়, তাহার ব্যবস্থা করাই প্রধান চিকিৎসা।

দষ্ট স্থান কাটিবার পূর্বে আর একটি কথা মনে রাখিলে ভাল হয়, অর্থাৎ যে স্থানে দংশন করিবে, তাহার কিছু উপরে অত্যন্ত কসিয়া বাঁধিতে হইবে। যদি সেই সময় হটাৎ বাঁধিবার উপকরণ সংগ্রহ হইয়া না উঠে, তবে হয় রুমাল কিম্বা কাপড়ের পাইড় বা ফালি ছিঁড়িয়া অথবা দাঁড় প্রভৃতি যাহা সর্বাগ্রে পাওয়া যায়, তদ্বারা বাঁধা প্রশস্ত। দংশন সময় হইতে এক মূহুর্তও বৃথা নষ্ট করা উচিত নহে। এ দেশে সর্প চিকিৎসকগণ যে নিয়মে দষ্ট স্থান বাঁধিয়া থাকেন, তাহা অত্যন্ত উপকার-জনক। তাহার দুইটা বন্ধন করিয়া থাকেন, অর্থাৎ প্রথমটা দষ্ট স্থানের কিছু উপরে দ্বিতীয় বন্ধন আবার তাহার কিঞ্চিৎ উর্দ্ধে। দুইটা বন্ধনের কারণ এই যে প্রথম বন্ধনে যদি বিষ রক্তের সহিত মিশ্রিত হইয়া উপরে উঠিতে থাকে, এই আশঙ্কায় তাহার উপরে আবার আর একটি বন্ধন দিয়া থাকেন। বাস্তবিক সর্পবিষ যেকোন প্রাণ-নাশক, তাহাতে ঐরূপ বন্ধন যার-পর-নাই দূরদর্শীতার কার্য্য। পূর্বেই বলা হইয়াছে, বন্ধন যত কসিয়া বাঁধা হয়, তাহাই উত্তম। এজন্ত বন্ধন রজ্জু প্রভৃতির মধো একটি কাটি কিম্বা কোন রকম লম্বা গোছের একটি দণ্ড পরাইয়া পাক দিয়া লইলে ঐ বন্ধন অত্যন্ত আটিয়া বসিবে, কোন স্থানে একটুও শিথিল অর্থাৎ ঢিলা হইবে না। বন্ধন ঢিলা হইলে তাহার উদ্দেশ্য সাধিত হয় না।

দষ্ট স্থান উল্লিখিতরূপে বন্ধন করিয়া হয় কাটিয়া কিম্বা চুষিয়া বিষ বাহির করা ভাল। চুষা সম্বন্ধে একটি কথা মনে রাখা আবশ্যক। অর্থাৎ যাহাদের মুখের ভিতরও দস্ত-মূল প্রভৃতি যদি কোন স্থানে ক্ষত থাকে কিম্বা যাহাদিগের পান্বে দাঁত একটু জোর লাগিলেই দাঁতের গোড়া হইতে বক্ত পড়িয়া থাকে, এরূপ ব্যক্তির দ্বারা চুষাইতে দেওয়া কোনক্রমেই উচিত নহে। কারণ তদ্বারা একটি বিপদ নিবারণ করিতে গিয়া আবার আর একটি নূতন বিপদ ডাকিয়া আনা হয়; অর্থাৎ দষ্টস্থানের বিষ চোষণ-কাবীর শরীরে প্রবেশ করিয়া তাহার জীবন নষ্ট করিয়া তুলে।

চুষণ সময়ে তৈল মুখে করিয়া চুষিলে কোন অনিষ্ট আশঙ্কা থাকে না অথবা একটু ত্রাণ্ডি জল মুখে কুলি করিয়া চোষণ করা ভাল এবং চোষণের পরই মুখের মধ্যস্থ রসাদি ফেলিয়া দিয়া পূর্ববৎ ত্রাণ্ডিজলে মুখ ধোত কবা কর্তব্য। ত্রাণ্ডি অভাবে কেবলমাত্র জল দ্বারা ধোত কার্য চলিতে পারে। এইরূপভাবে চুষিতে চুষিতে যখন দেখা যাইবে যে, বিষ নির্গত হইয়াছে তখন আর চুষিবার প্রয়োজন হয় না।

চোষণ সম্বন্ধে আর একটি সহজ উপায় আছে, এহলে তাহাও জানিয়া রাখা প্রত্যেক গৃহস্থের পক্ষেই প্রয়োজন, দষ্ট স্থানে কোন পাত্রে একটি বাতি অথবা সলিতা জালিয়া তাহার উপর একটি খালি গ্লাস উপুড় করিয়া রাখিলে ঐ গ্লাস অত্যন্ত আঁটিয়া বসিবে এবং রক্তস্থ বিষাক্ত অংশ টানিয়া বাহির করিতে থাকিবে। গ্লাসটি কাচের হইলেই ভাল হয়; কারণ কাচ অত্যন্ত স্বচ্ছ, সুতরাং বাহির হইতেই বৈশ দেখা যায় কি পরিমাণে রক্তাদি নির্গত হইয়া আসিতেছে।

বিষ রক্তের সহিত মিশ্রিত হইয়া যাহাতে সর্বাঙ্গে সঞ্চারিত হইতে না পারে, তাহার প্রতিবিধান করাই সর্বাঙ্গে কর্তব্য। এজন্ত অগ্রে বন্ধন করাই যুক্তি সিদ্ধ। বন্ধনের পর দংশন স্থান চোষণ কিম্বা কর্তন করাই পরামর্শ। কাটিতে কোন প্রকার আশঙ্কা না করাই বুদ্ধিমানের কাজ। কারণ জীবন নষ্ট হওয়া অপেক্ষা দষ্ট স্থান কাটিয়া দেওয়া তত হানিজনক নহে। ধারাল ছুরি, ক্ষুর প্রভৃতি অস্ত্র দ্বারা দষ্ট স্থান চিরিয়া

দেহে দিতে হয়। চিরিয়া দিলে সেই স্থান হইতে রক্ত নির্গত হইতে থাকে
কি এবং সেই সঙ্গে বিষ বাহিরে আইসে। চিবাব উপরের দিক
অহইতে চুঁচিয়া আনিলে রক্ত নির্গত হইবার সহায়তা হইয়া থাকে।
কিন্তু ক্রান্ত স্থানের উপর গরম জলের ধারাবী করিলেও রক্ত নির্গত হয়।

কেবলমাত্র চিরিয়াই নিশ্চিন্ত থাক। উচিত নহে। দষ্ট স্থান উত্তম-
রূপে পুড়াইয়া দেওয়াও একটা প্রধান চিকিৎসা। এক ড্রাম কাষ্টিক
জলে গুলিয়া ক্ষতস্থান উত্তমরূপে ধুইয়া দেওয়া আবশ্যক।

বি দষ্ট স্থানের উপর যে বন্ধন করা হয়, তাহা সহসা খুলিয়া দেওয়া উচিত
নহে। যখন দেখা যাইবে দষ্ট স্থান এবং তাহার চারি পার্শ্বস্থ চিরি স্থান সমূহ
হা হইতে পরিষ্কার রক্ত নির্গত হইতেছে এবং বিষের যন্ত্রণা রোগী আর
অসুস্থ করিতে পারিতেছে না, তখন ঐ বন্ধন মোচন করা আবশ্যক।

অ বিষাক্ত হইলে রক্ত কৃষ্ণবর্ণ হয়। উহার স্বাভাবিক বর্ণ থাকে না।
হইত এবং যে পর্যন্ত একরূপ দূষিত রক্ত দেখা যাইবে, সে পর্যন্ত চিকি-
ত্ব সাধন করা কখনই কর্তব্য নহে। অর্থাৎ দষ্ট স্থান হইতে
প্ররক্ত নির্গত করিবার ব্যবস্থা করিতে হইবে। কেহ কেহ ক্রান্ত
এ স্থানের উপর হইতে লবণ দিয়াও চুঁচিয়া থাকেন।

নি আভ্যন্তরিক চিকিৎসা।—দষ্ট ব্যক্তি যদি বিষের জ্বালায় দুর্বল
হইয়া পড়ে, তবে অবিলম্বে তাহাকে বল-কারক ঔষধ সেবন করাইতে
হইবে। গরম জলে অল্প পরিমাণ ত্রাণ্ডি দিয়া মধ্যে মধ্যে সেবন
যে করিতে দেওয়া ভাল। অথবা কুড়ি ফোঁটা লাইকর এমোনিয়া গরম
এ জলের সঙ্গে সেবন করাইতে হইবে। এই সকল সেবন করাইলে রোগী
না অপেক্ষাকৃত সবল হইবে। রোগীর যদি বমন না হয়, তবে গরম জলের
ক সঙ্গে রাইসরিষার গুঁড় (মণ্ডার্ড) সেবন ব্যবস্থা। ইহা সেবন করিলে
এ বমন উদ্ভূত হইবে। আর যদি আপনা হইতে অধিক বমি হইতে থাকে
এ এবং তদ্বারা রোগী দুর্বল হইয়া পড়ে, তবে একখানি বড় রাইসরিষার
ব পাটি পেটে বসাইতে হইবে এবং বমন বন্ধ হইলে তাহা তুলিয়া
হ ফেলা আবশ্যক।

ঐ পটিতে যদি বমন বন্ধ না হয়, তবে আধ রতি আফিং/থাওয়া-ইবে, উহা থামিয়া যাইবে। আফিং এক বারের অধিক/সেবন করা অবিদি। এই সকল উপায়ে যদি উপকার না হয়। তবে উপযুক্ত চিকিৎসকের সাহায্য লওয়া সুপরামর্শ।

• সর্পে দংশন করিলেই বুঝিতে পারা যায় তাহা বিবাক্ত সর্প কি না। বিবাক্ত সর্পে দংশন করিলে দংশিত স্থানে অত্যন্ত বেদনা হয়, শীঘ্র সেই স্থান ফুলিয়া উঠে, চক্চক্ করিতে থাকে; রোগী যদি অধিকক্ষণ জীবিত থাকে, তবে সে স্থানে রস জমে এবং পচিয়া উঠে, অত্যন্ত দৌলত্য হয়, নাড়ী দ্রুত হয়, বাক বাক্ত হইয়া আইসে, কখন কখন প্রলাপ বকিতে থাকে, বিমের যন্ত্রণায় অস্থির হয়, শরীর বিবর্ণ হয়, মুখে ফেণা ভাঙিতে থাকে, অজ্ঞান হইয়া পড়ে, হাত পা এবং ঘাড় নেতাইয়া পড়ে, অবশেষে মৃত্যু উপস্থিত হইয়া রোগীর সকল যন্ত্রণা অবসান করে।

বিবাক্ত সর্পের বিষ দ্রুতবেগে সর্ব শরীরে সঞ্চার হয়, এজন্ত দংশন-মাত্রেই চিকিৎসা করা উচিত।

পূর্বে চিকিৎসা সম্বন্ধে যে সকল বিষয় উল্লেখ করা হইয়াছে, তাহা প্রত্যেক গৃহস্থেরই জানিয়া রাখা আবশ্যিক। সর্প চিকিৎসা বিষয়ে এ দেশের-মাল বৈদ্যগণ অনেক প্রকার উত্তমোত্তম ঔষধ অবগত আছে। কিন্তু দুঃখের বিষয় এই, তাহারা প্রায় কাহারও নিকট তাহা প্রকাশ করে না। অনেক প্রকার গাছ গাছড়া আছে, সেই সকল দ্বারা বিষ নাশ হইয়া থাকে। দষ্ট ব্যক্তিকে লক্ষ্যপাতা খাওয়াইলে উপকার হইয়া থাকে। রোগীকে ঘুমাইতে দেওয়া উচিত নহে।

সর্প যেরূপ ভয়ানক শত্রু, তাহাব আক্রমণ হইতে সাবধানে থাকাই প্রত্যেক গৃহস্থের পক্ষে গুরুতর কর্তব্য।

অশ্ব-পালক বা সহিসের কর্তব্য

অশ্ব-পালকের অভিজ্ঞতার উপর অশ্বের জীবন ও উন্নতি এবং অবনতি নির্ভর করে। কি নিয়মে অশ্ব-পালক অশ্বের প্রতি ব্যবহার করিয়া থাকে এবং অশ্ব-পালক নিয়মিত কার্য্য সম্পন্ন করে কি না, গৃহস্থ-দিগকে তাহাতে সতত দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। অশ্ব আমাদের যেরূপ উপকারী পশু এবং উহার যেরূপ মূল্য তাহা সকলেই অবগত আছেন, অতএব এরূপ মূল্যবান উপকারী পশুর প্রতিপালন বিষয়ে দৃষ্টি রাখা যে গৃহস্থগণের পক্ষে একটা গুরুতর কার্য্য, তাহাতে আর সন্দেহ নাই। সুতরাং কেবলমাত্র অশ্ব-পালকের উপর নির্ভর করিয়া নিশ্চিত থাকি বুদ্ধিমানের কাজ নহে। অশ্ব-পালকের কার্য্য কি কি তাহা অবগত না হইলে তাহার কার্য্যের দোষ গুণ বুঝিতে পারা যায় না। এজন্য এই প্রস্তাবে অশ্ব-পালকের কার্য্য সম্বন্ধে স্থূল স্থূল বিবরণ উল্লেখ করা যাইতেছে।

অশ্ব-পালক বা সহিসের প্রধান কার্য্য অশ্বকে ভাল অবস্থায় রাখা ; ভাল অবস্থায় রাখা বলিলে কেবলমাত্র সুস্থ থাকিলেই হইল, এরূপ মনে করা উচিত নহে। কারণ অশ্ব সুস্থ থাকা যেমন বাঞ্ছনীয়, সেইরূপ তাহার যে সকল গুণ জন্ত জনসমাজে আদর, সেই সকল গুণের প্রতি দৃষ্টি রাখাও সর্ব্বতোভাবে কর্তব্য।

প্রতিদিন প্রত্যুষে পাঁচ ছয়টার সময় অশ্ব-শালা বা আস্তাবলের দ্বার খুলিয়া দেওয়া আবশ্যক। প্রত্যুষে দ্বার খুলিলে বাহিরের পরিষ্কৃত শীতল বায়ু গৃহে সঞ্চারিত হইয়া রাত্রি-বালের গৃহস্থিত দূষিত বায়ু বাহির করিয়া দিতে পারে। গৃহের দ্বার মুক্ত করিয়া সঞ্চিত মল-মূত্র স্থানান্তরিত করিতে হইবে। ঝাঁইট দেওয়ার সময় ঘরের প্রত্যেক কোণগুলি উত্তমরূপ পরিষ্কার করা উচিত। প্রতিদিন ঘরের মেজে ধুইয়া দিলে ভাল হয়। প্রত্যহ প্রাতে এইরূপ নিয়মে পরিষ্কার করিলে কোন প্রকার দুর্গন্ধই হইতে পায় না।

গৃহ পরিষ্কারে ঘেঁরুপ মনোযোগ দিতে হয়, অশ্বের ব্যবহার্য্য পাত্রগুলিও (অর্থাৎ দানা ও জল পানের পাত্র) নিত্য পরিষ্কার পরিচ্ছিন্ন করাও সেইরূপ আবশ্যক।

সকালে অশ্বকে একবার খাবার দেওয়া প্রয়োজন, ঘাস দিবার সময় তাহা চাপিয়া না দিয়া আলগাভাবে দিলে ঘোড়ায় শীঘ্র উহা খাইতে পারে এবং আহারে কষ্ট হয় না। এই সময় একবার দানা দেওয়াও প্রয়োজন।

আহারাদি প্রদান ব্যতীত সহিসের আরও অনেক কর্তব্য কাজ আছে, প্রত্যুষে অশ্বকে একবার ভ্রমণ করান অর্থাৎ টোলান আবশ্যক। যে স্থলে টোলান অনুবিধা, তথায় অশ্বের মাথা একটু উচুভাবে বাঁধিয়া গা মলিয়া দিলেও চলিতে পারে।

অশ্বের গাত্রসংলগ্ন ধূলা এবং লোমাদি পরিষ্কার করিবার জন্য প্রতিদিন খটরা ব্রশ করা একটা প্রধান কাজ। খটরা করিতে হইলে প্রথমে গলা হইতে আরম্ভ করাই ভাল। গলার নিম্নে বাঁ-ভাত দ্বারা ধরিয়া ডাইন হাতে খটরা টানিয়া আনিলে বেশ সুবিধা হইয়া পাকে। এইরূপভাবে গলদেশে খটরা করা শেষ হইলে, ভাত বদলাইয়া বক্ষস্থলে খটরা করিতে হইবে। পরে ডাইন হাত অশ্বের পৃষ্ঠের উপর রাখিয়া তাহার দেহের বামভাগে সহিসের ডাইন অঙ্গ ঠেকাইয়া পেটের দিকে খটরা টানিয়া আনিতে হইবে। পেটে খটরা টানা হইলে, হাঁটু ও পা এবং অবশেষে সর্কাজে খটরা টানিয়া আনা আবশ্যক। সর্কাজে খটরা টানা হইলে, তাহার পর ব্রশ দ্বারা সমস্ত শরীর পুঁছিয়া দেওয়া উচিত। ব্রশ টানিবার সময় মধ্যে মধ্যে এক একবার ব্রশখানি খটরার অর্থাৎ দাঁত মুখে টানিয়া লওয়া আবশ্যক, এইরূপ টানিবার উদ্দেশ্য এই তদ্বারা ব্রশস্থিত ধূলা ও লোমাদি সমুদায় পরিষ্কার হইয়া আসিবে।

ব্রশ কিস্তি খটরা অত্যন্ত জোর করিয়া টানা ভাল নহে। কারণ তদ্বারা অশ্বের শরীরে বেদনা লাগিতে পারে। বিশেষতঃ যাহাদিগের চর্ম কোমল তাহাদিগের কষ্টের আধিক্য হইয়া পাকে।

ব্রস্‌করা শেষ হইলে অশ্বের অঙ্গে কুচি মারা আবশ্যক। কুচি মারিবার নিম্ন এই—বিচালি জলে ভিজাইয়া, সেই বিচালি দ্বারা অশ্বের সর্বত্র মার্জনা করিয়া দিতে হয়। পরে একখানি মোটা বাঁড়ন দ্বারা সমুদায় শরীর পুঁছিয়া দিয়া অশ্বের কাণ ধরিয়া টানিয়া দিতে হয়। কাণ টানিলে অশ্বগণ অত্যন্ত আরাম বোধ করিয়া থাকে।

অশ্বের অঙ্গাদি মার্জনা ও মর্দন করা হইলে, কিছুক্ষণের জন্ত ব্যায়াম অর্থাৎ অঙ্গ চালনা করা হইতে হয়। গাড়ীর ঘোড়া হইলে একটা চক্র দেওয়া আবশ্যক। একেবারে পবিশ্রম বর্জন অথবা অতিরিক্ত পরিশ্রম উভয়েই অশ্বের পক্ষে অনিষ্টজনক। এজন্য অশ্বের শক্তি অনুসারে তাহার ব্যবস্থা করা উচিত।

আরোহণের অশ্ব হইলে প্রতিদিন প্রত্যুষে তাহাকে চালনা করা আবশ্যক। অশ্বের “চাল” ঠিক করা সহিসের একটা প্রধান কাজ। আরোহণের অশ্বের গতি অনুসারে তাহার মূল্য ও গৌরব হইয়া থাকে, এজন্য ঐ গতি কি প্রকার, তাহা বিশেষরূপে জানা আবশ্যক। আমাদের দেশের প্রাচীন অশ্ব-তত্ত্বজ্ঞ পণ্ডিতেরা অশ্বের পাঁচ প্রকার গতি নির্দেশ করিয়া গিয়াছেন। অর্থাৎ অস্থান্দিত, ধোরিতক, রেচিত, বগ্নিত এবং প্লুত। অশ্ব যখন ক্রোধান্বিতভাবে উল্লে উল্লম্বন কবিন্যা গমন করে, তাহাকে অস্থান্দিত কহে। নকুলের ত্রায় গতিতে ধোরিতক (১) : উত্তেজিত ভাবে অশ্ব যখন মধ্যবেগে গমন করে, তাহাকে রেচিত কহে; যে অশ্ব শরীরের অগ্রভাগ উন্নত, মস্তক কুঞ্চিত আর পৃষ্ঠবংশ নমিত করিয়া গমন করে, তাহাকে বগ্নিত কহে। অশ্ব ধাবিতকালে যদি হ্রিণ ও কোন কোন পক্ষীর ন্যায় উল্লম্বনভাবে গমন করে, তাহাকে প্লুত কহে।

উর্দ্ধু অর্থাৎ যাবনিক ভাষাতেও অশ্বের পাঁচ প্রকার গতি নির্দিষ্ট আছে; অর্থাৎ রপট, ছারতক, ছুক্‌কি, কদম এবং কুদ্‌না। অশ্ব যদি

(১) ধোরিতক আবার চারিভাগে বিভক্ত; ধোর্য, ধোরিতক্, ধারণ এবং ধোরিত। পাণিকৌড়ীর ন্যায় গতিকে ধোর্য, ময়ূরের গতির ন্যায় গতিকে ধারণ এবং শূকরের গতির ন্যায় গতিকে ধোরিত কহে।

লক্ষ প্রদান পূর্বক অত্যন্ত বেগে ধাবিত হয়, তবে সেই গতিকে রপট, মধ্যবেগে লক্ষ প্রদান করিয়া গমনের নাম ছারতক, গমন-কালে অশ্বের সর্কশরীর আন্দোলন করিলে সেই গতির নাম ছল্কি। কেহ কেহ কদমকে চারি শ্রেণীতে বিভক্ত করিয়া থাকেন অর্থাৎ সাগাম, ইয়োবগা, আবিয়া এবং রাহোয়াল। বিস্তৃত মুখবিশিষ্ট কোন একটা জল-পূর্ণ পাত্র হস্তে করিয়া যদি অশ্ব চালিত করা যায় এবং তাহার অঙ্গ-কম্পনে যদি আরোহীর হস্ত হঠাতে জল পতিত না হয়, তবে সেই গতিকে সাগাম কহে। অশ্ব যদি গমন-কালে, শবীরেব অগ্রভাগ উন্নত এবং সম্মুখ-স্থিত পদ বিঘূর্ণিত করিয়া গমন কবে, তবে তাহাকে ইয়োরগ কহে। আর যে অশ্ব গমনকালে মস্তক এরূপ উন্নত করিয়া গমন করে যে, তদ্বারা আরোহীর মস্তকস্থিত পাগড়ি পর্যন্ত অদৃশ্য হয়, তবে তাহাকে আবিয়া কহে একং যে অশ্বের গমনকালে পদচতুষ্টয় এক নিয়মে ক্ষেপিত হয়, তাহাকে রাহোয়াল গতি কহে।

যে অশ্ব ধাবনকালে সম্মুখবর্তী পদ উত্তোলন করিয়া গমন করে, সেই গতির নাম খুদ্না। এই সকল গতির প্রতি লক্ষ্য রাখিয়া অশ্বকে শিক্ষা দেওয়া সহিসের প্রধান গুণপণ।

পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, নিয়মিত পরিশ্রম পরিবর্ত্তন কিম্বা অতিরিক্ত পরিশ্রম উভয়ই অশ্বের পক্ষে অমঙ্গলজনক তাহা প্রত্যেকের মনে রাখা আবশ্যক। অশ্বকে পরিশ্রম করিতে না দিয়া—অশ্বশালায় আবদ্ধ রাখিলে মেদ বৃদ্ধি এবং পায়ের পীড়া হইবার গুরুতর সম্ভাবনা। দীর্ঘকাল অশ্বকে আবদ্ধ রাখিয়া হঠাৎ তাহাকে পরিচালন করিলে প্রায়ই তাহার পায় আঘাত লাগিতে পারে। সহিসের উচিত প্রতিদিন অন্ততঃ দুই ঘণ্টা ধরিয়া অশ্বকে পরিশ্রম করিতে দেওয়া। যে গুণের জন্য জনসমাজে অশ্বের প্রভূত আদর, নিয়মিত পরিশ্রম ত্যাগ করাইলে সে গুণের হ্রাস হইয়া আইসে, অবশেষে অশ্ব একেবারে অকর্ম্মণ্য হইয়া পড়ে। প্রত্যেক অশ্বপালকের মনে রাখা উচিত, একমাত্র পরিশ্রম দ্বারাই অশ্বের শক্তিও দৃঢ়তায় সাধিত হইয়া থাকে।

মহুয়ারি প্রাণির ত্রায় অশ্বেরও তিনটি অবস্থা; অর্থাৎ বাল্য, যৌবন এবং বার্দ্ধক্য; ভ্রম্মধো যৌবন কালেই অধিক পরিশ্রম করিতে সক্ষম হইয়া থাকে। ফলকথা যে কোন অবস্থায় হউক না কেন, অশ্বের সাগর্গ বুঝিয়া ব্যায়ামে প্রবৃত্ত করা উচিত। ব্যায়াম করাইবার সময় আর একটি কথার প্রতি মনোযোগ দিতে হয়, অর্থাৎ ব্যায়ামের প্রথমাবস্থায় অধিক বেগে ধাবিত না করাইয়া ক্রমে ক্রমে বেগ বৃদ্ধি করা প্রয়োজন। আবার বেগ থামাইবার সময় সহসা বন্ধ না করিয়া ক্রমে ক্রমে সংযত করা পবামর্শ-সিদ্ধ। পীড়িতাবস্থায় অথবা আহাৰান্তে পরিশ্রম করিতে দেওয়া ভাল নহে। বৃষ্টির সময়ে অধিক বেগে অশ্ব পরিচালন করিলে, কিম্বা পরিশ্রান্ত পশুকে চঠাৎ জলে ভিজাইলে, কিম্বা জল পান করিতে দিলে নানা প্রকার কঠিন পীড়া হইবার গুরুতর আশঙ্কা। কি নিয়মে অশ্বকে পরিশ্রম করাইতে হয়, তাহা অবগত হওয়া অশ্ব-পালকের পক্ষে যেমন কর্তব্য। আবার গুরুতর পরিশ্রমের পর কিরূপ নিয়মে তাহাকে সুস্থ করিতে হয়, তাহাও জ্ঞাত হওয়া সেইরূপ প্রয়োজন। শ্রান্ত অশ্বকে সহসা এক স্থানে বাঁধিয়া রাখা উচিত নহে। গুরুতর পরিশ্রমের পর অশ্বকে এক স্থানে স্থির করাইয়া রাখিলে হটাৎ লোমকূপ সমূহ রুদ্ধ হইয়া ঘর্ম্ম নির্গত হইতে পারে না। সহসা ঘর্ম্ম বন্ধ হইলে নানা প্রকার কঠিন পীড়া হইবার কথা, এজন্য প্রথমে শীতল জল দ্বারা (কোন কোন মতে লবণজল) তাহার মুখের ফেণ রাশি ধুইয়া দেওয়া আবশ্যিক। গাড়ীর ঘোড়া হইলে, তাহার সাজ এবং আরোহণের অশ্ব হইলে, তাহার পর্য্যায় খুলিয়া দিয়া ধীরে ধীরে তাহাকে চালনা করা কর্তব্য। এইরূপ ভ্রমণের পর যখন দেখা যাইবে বেশ সুস্থ বোধ করিয়াছে অর্থাৎ শ্রম-জনিত কোন প্রকার ক্লেশ নাই, তখন তাহাকে অশ্ব-শালায় বাঁধিয়া রাখা আবশ্যিক। অনন্তর তাহার অঙ্গপ্রত্যঙ্গ একবার বিচালি দ্বারা মর্দন করিয়া দিয়া পদচতুষ্টয় উত্তমরূপে ধোত করা বিধেয়। পরে শুষ্ক বস্ত্র দ্বারা জল পুঁছিয়া দিয়া অশ্বকে বিশ্রাম করিতে দিতে হইবে।

লিখিতরূপ নিয়মে প্রতিপালন করিলে অশ্ব অধিক দিন পর্য্যন্ত সুস্থ

থাকিয়া আমাদের ব্যবহারে লাগিতে পারে। অশ্ব-পালকের ~~হস্তে~~ অশ্বের এই সকল গুরুতর কাজ নির্ভর। অতএব অশ্ব-পালক প্রতিদিন এই সকল কার্য করে কি না, প্রত্যেক অশ্ব-স্বামীকে তাহা স্বচক্ষে দেখা উচিত।

সহিসের আর একটা কাজের উপর সতত দৃষ্টি রাখা আবশ্যিক। প্রায় দেখিতে পাওয়া যায়, অধিকাংশ সহিস ঘোড়ার দানা চুরী করিয়া নিয়মিত খাদ্য হইতে পশুকে বঞ্চিত করিয়া থাকে। এজন্য অশ্ব-স্বামীর এ বিষয়ে দৃষ্টি রাখা উচিত।

অশ্বের প্রতি সংব্যবহার করা অশ্ব-পালকের যেমন গুরুতর কর্তব্য, সেইরূপ অশ্বের ব্যবহার্য্য দ্রব্যগুলিও পরিষ্কার পরিচ্ছিন্ন রাখিতে দৃষ্টি রাখা আর একটা কর্তব্য মধ্যে গণ্য করা উচিত।

শীতকালে কখন প্রভৃতি গরম কাপড় দ্বারা অশ্বের গাত্র আচ্ছাদন করিয়া দিলে, শীত-জনিত কষ্ট অমুভব করিতে পারে না। মধ্যে মধ্যে অশ্বের শীত বস্ত্র রোদ্রে দিয়া ঝাড়িয়া রাখা আবশ্যক। এতদ্ভিন্ন অশ্বের সাজ সমূহ প্রতিদিন ব্যবহারের পর নিয়মিত স্থানে তুলিয়া রাখা প্রয়োজন।

রাত্রিকালে শয়নের নিমিত্ত তৃণাদি দ্বারা অশ্বের শয্যা রচনা করিয়া দেওয়া কর্তব্য। শয্যায় ব্যবহৃত তৃণাদির মধ্যে যে সকলে মল-মূত্র লাগিয়া থাকে, তাহা পরিত্যাগ করা উচিত। শয্যা একটু পুরু গোছের হইলে ভাল হয়।

এখন পাঠকবর্গ সহজেই বুঝিতে পারিলেন যত্ন ও উপযুক্ত প্রতি-পালনের উপর অশ্বের জীবন ও স্বাস্থ্য নির্ভর করিতেছে অতরাং কেবল-মাত্র অশ্বপালকের উপর নির্ভর না করিয়া অশ্ব-স্বামীকেও ঐ সকল বিষয়ে তত্ত্বাবহুসন্ধান লইতে হয়।

গো-জাতির বসন্ত রোগ।

বসন্তের ন্যায় সাংঘাতিক এবং সংক্রামক রোগ অতি অল্পই দেখা যায়। এই রোগের একটা বিশেষ বিপদ এই যে, পালের মধ্যে

একটি গোরুর বসন্ত হইলে ক্রমে ক্রমে প্রায় সমস্ত পাল রোগাক্রান্ত হইয়া পড়ে । ”

বসন্ত প্রায় শীতকালের শেষ ভাগ হইতে গ্রীষ্মকাল পর্য্যন্ত হইয়া থাকে । পশুদিগের শরীরে এক প্রকার বিষাক্ত পদার্থ উৎপন্ন হইয়া এই রোগ উপস্থিত হইতে দেখা যায় ।

লক্ষণ ।—প্রথমে শরীরে তাপের আধিক্য হইয়া থাকে, তাপমান নামক যন্ত্রে তাহা বুঝিতে পারা যায় । বসন্ত রোগে যে সকল লক্ষণ দেখা যায়, তৎসমুদায় সাধারণতঃ তিন অবস্থায় বিভক্ত !

১ম অবস্থা ।—প্রথমে জ্বরের ভাব হইয়া থাকে, কম্প, মুখ গরম, ক্ষুধা মান্য, চঞ্চলতা অথবা আলস্তের লক্ষণ দেখা যায় ; শুষ্ক কাশি, পেট আঁটিয়া ধরা, পিপাসার আধিক্য, লোম শিহরিয়া উঠা, চক্ষে আবল্য ভাব, দাঁত কড়মড়, হাইতোলা, পীঠের দাঁড়ায় হাত দিলে অসহ্য বোধ, নান্দীর গতি চঞ্চল, শ্লেষ্মাবৃত্ত মল, কাণ লুটিয়া পড়া প্রভৃতি লক্ষণ সমূহ প্রকাশ হইতে থাকে । দুগ্ধবতী গাভী হইলে তাহার দুগ্ধ শুকাইয়া যায় । এই অবস্থায় ভালরূপ জ্বাওর কাটে না এবং চারি পা প্রায় জড় করিয়া থাকে ।

২য় অবস্থা ।—এই অবস্থায় প্রায়ই শরীরে উষ্ণতার কোন বিশেষ নিয়ম থাকে না, অর্থাৎ কখন কখন অধিক শীত বোধ এবং কখন কখন সর্বশরীর অত্যন্ত উষ্ণ হয় । ঘন ঘন শ্বাস বহিতে থাকে, জ্বাওর কাটা এককালে বন্ধ হয়, ক্ষুধা আদৌ থাকে না, চক্ষে অন্ন অন্ন পৈঁচুটি পড়ে, পীঠের দাঁড়ায় বেদনা বৃদ্ধি হইয়া উঠে, মাথা গুঁজিয়া পড়িয়া থাকে, জ্বর প্রবল, পিপাসা আধিক্য, ঢোক গিলিতে কষ্ট বোধ, নড়া চড়াতে অধিক কষ্ট বোধ, মাংসপেশী সমূহের খেচুনী অধিক, জিহ্বায় কাঁটা কাঁটা হয়, পেট আঁটিয়া যায়, মল, রক্ত ও শ্লেষ্মা মাথা থাকে, মল-মূত্র দ্বার কখন কখন বুলিয়া পড়ে, নাদিবার সময় অত্যন্ত বেগ বৃদ্ধি হয়, অধিক পরিমাণে দৌর্বল্য দেখা যায়, কখন কখন পেটের-দিকে মাথা গুঁজিয়া থাকে ।

৩য় অবস্থা ।—চোক, মুখ এবং নাসিকা-পথ হইতে ক্রমাগত আঠাযুক্ত স্লেয়া পড়িতে থাকে, নিখাস দুর্গন্ধ হয় এবং মাড়ি ও গলার ভিতরের ফুসুড়ি ও টাকরা, মুখের নিম্নভাগ, জিহ্বা এবং নাকের ছিদ্র ও চক্ষুর পাতার ছাল উঠিয়া থাকে ; ফুসুড়ি সমূহ প্রায় হরিদ্রা বর্ণের হয়, আর সম্মুখস্থ দাঁত নড়িতে থাকে । পেট ভাঙে অর্থাৎ অত্যন্ত পাতলা জলবৎ দুর্গন্ধ-যুক্ত ভেদ হইয়া থাকে, কখন কখন ঐ তরল মলের সহিত রক্তও স্লেয়া মিশ্রিত কঠিন গুটলীও নির্গত হয়, কখন কখন একরূপও দেখা যায়, চামড়ার নীচে ফুলিয়া উঠে এবং তাহা টিপিলে বাঁসবা বায় । পশুর দৌর্লভ্য বৃদ্ধি হয়, পিপাশা থাকে, চোক গিলিতে আরও কষ্ট হয়, গিলবার সময় কাশি উপস্থিত হয় ; এই সময় পশুর শিং, চন্দ্র, কাণ, পা এবং মুখ শীতল হয় ; গর্ভবতী গাভী হইলে তাহার গর্ভ-শ্রাব হয়, এতদূর দুর্বল হয় যে, কোনমতেই দাঁড়াইতে পারে না, সন্দেহ গোঁ গোঁ করিতে থাকে, কষ্টে শ্বাস ফেলে, কোঁতায়, কখন কখন রক্তময় ভেদ হয়, নাড়ী প্রায় টের পাওয়া যায় না ; এইরূপ অবস্থা ঘটিলে অনেক স্থলেই দেখিতে পাওয়া যায়, পশু দুই দিন হতে ছয় দিনেব মধ্যেই মৃত্যু-মুখে পতিত হয় । কোন কোন স্থলে গল-কন্ডলে, পালানে, কুচ্চিক, কাঁদে এবং পাঁজরের চামড়ায় ফুসুড়ি দেখা যায় ; কিন্তু এই সকল বোগের নিন্দা লক্ষণ বলিতে পারা যায় না, কারণ গ্রীষ্মকালে এই রোগ উপস্থিত হইলে প্রায়ই ঐ সকল লক্ষণ দেখা যায়, অথচ সময় বোগ হইলে দেখা যায় না । এই সকল লক্ষণ অশুভ-জনক নহে, কারণ ঐরূপ ফুসুড়ি হৃদয়ক পরীক্ষা হইলে রক্তমাশয় তাড়ন হয় না, এই সকল লক্ষণাক্রান্ত হইলে অনেক সময় পশু সহজেই আরোগ্য লাভ করিয়া থাকে । চর্ম্মে ফুসুড়ি না হইলে এবং আশায়ের প্রবল লক্ষণ হইলে পশু প্রায় মারিয়া যায় ।

বাবস্থা ।—বসন্ত রোগে সর্দাঙ্গে ফুসুড়ি বাহির হইলে সুলক্ষণ মনে করিতে হইবে । যত অধিক পরিমাণে ফুসুড়ি নির্গত হয়, তত শীঘ্র আবেগ্য লাভের সম্ভব । গায়ে ফুসুড়ি বাহির না হইয়া রক্তমাশয়েব মত ব্যর্থব্যর্থ মল নির্গত হইলে অত্যন্ত অশুভ-জনক লক্ষণ মনে করিতে হইবে ।

বসন্তরোগ শরীর হইতে গরলময় পদার্থ বাহ্যতে স্বাভাবিক উপায়ে বাহির হইতে পারে, তাহার সাহায্য করা, উপযুক্তরূপ স্নপথ্য প্রদান, এবং নিয়মিতরূপ যত্ন ও শুষ্কতা দ্বারা পশুকে সবল রাখা চিকিৎসার প্রধান উদ্দেশ্য।

বসন্ত রোগের প্রথমাবস্থায় মল বদ্ধ হইবার যে লক্ষণ দেখা গিয়া থাকে, পেট নরম না হওয়া পর্য্যন্ত দিনে এক কিম্বা দুইবার করিয়া তিন কাঁচা অবধি ছয় কাঁচা পর্য্যন্ত লবণ কি এসসম্ সল্ট প্রভৃতি লবণাক্ত বিরচক ঔষধ দ্বারা নিবারণ করা আবশ্যক।

দিনে দুই তিনবার তণ্ডুল ও তৈল দিয়া পিচকারী দেওয়া যাইতে পারে। এই অবস্থায় পশুকে তীব্র জ্বালাপ দিলে অত্যন্ত দুর্বল অর্থাৎ নেতাইয়া পড়িবার বিশেষ সম্ভব। পেট নরম হইলে শরীরস্থ বিষাক্ত পদার্থ নির্গত হয় বটে কিন্তু জলবৎ কিম্বা রক্তবৎ মল নির্গত হইতে দেখা-গেলে, নিশ্চয়ই নেতাইয়া পড়িবে, এজন্য ধেড়ানি নিবারণ করা বিধেয়।

ধেড়ানি, রক্ত এবং শ্লেষ্মা চব্বিশ ঘণ্টার অধিক নির্গত হইতে দেখিলে পেট ধরাইয়া দেওয়ার জন্য নিম্নলিখিত ঔষধ সেবন করান আবশ্যক।

উপকরণ ও পরিমাণ।

চাখড়ির গুঁড়	পোনে চারি তোলা।
পলাশ গঁদ	পোনে এক তোলা।
আফিং	ছয় আনা।
চিরতার গুঁড়	:	সওয়া তোলা।

লিখিত দ্রব্যগুলি উত্তমরূপে গুঁড়া করিয়া তাহাতে এক ছটাক মদ দিয়া ভাতের এক সের মাড় মিশাইয়া সেবন করাইতে হইবে। গবাদির পক্ষে এই ঔষধ ধারক ও অন্ন-নাশক।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কপূর	পোনে এক তোলা।
সোবা	পোনে এক তোলা।

ধুতুরার বীচি	সিঁড়ি কাঁচা।
চিরতা	পোনে এক তোলা।
মদ	দুই ছটাক।

. অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসকের মতে রোগের প্রথম অবস্থায় তালিকার লিখিত ঔষধ ব্যবস্থা করা যাইতে পারে। খাণ্ডার সাহেবের মতে রোগের দ্বিতীয় অবস্থায় অর্থাৎ চক্ৰিশ ঘণ্টা পর্যন্ত ধেড়ানি থাকিলে, উপরের লিখিত ঔষধে পোনে এক তোলা মাজুফলের খিচ-শূন্য গুঁড়া মিশাইয়া দিলে বিশেষ উপকার হইয়া থাকে। ধেড়ানি বন্ধ না হওয়া পর্যন্ত বারো ঘণ্টা অন্তর এই ধারক ঔষধ ব্যবহার করিতে পারা যায়।

লিখিত ঔষধে ধেড়ানি বন্ধ হইলে নিম্নলিখিত ঔষধ সেবনীয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সিদ্ধি	আধ পোয়া।
কপূর	আধ ছটাক।
থয়ের	আধ তোলা।

তালিকায় লিখিত ঔষধ এক সের গঁদের জলে মিশাইয়া চারি ঘণ্টা অন্তর অন্তর সেবনের ব্যবস্থা।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সিদ্ধি (পেষিত)	দুই তোলা।
জীরা	এক ছটাক।
হিং	আধ তোলা।
লুঙ্কামরিচ	সিঁড়ি তোলা।

অল কিষা ভাতের মাড়ের সহিত মিশ্রিত করিয়া চারি ঘণ্টা অন্তর অন্তর সেবনীয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।

আফিং	পোনের রতি।
খড়িমাটা (চূর্ণ)	এক তোলা।
গুঁঠচূর্ণ	দুই তোলা।

লিখিত দ্রষ্টব্য কয়টি উত্তমরূপে ভাতের মাড়ের সহিত মিশাইয়া পাঁচ ঘণ্টা অন্তর সেবনের ব্যবস্থা ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

আফিং	আধ তোলা ।
থয়ের	আধ তোলা ।

ভাতের মাড়ের সহিত মিশাইয়া পাঁচ ঘণ্টা অন্তর অন্তর সেবন করাইতে হইবে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।

চিরতা চূর্ণ	আধ তোলা ।
শুঠ চূর্ণ	দুই তোলা ।

ভাতের মাড় অথবা গঁদের জলের সহিত একত্রিত করিয়া চারি ঘণ্টা অন্তর অন্তর সেব্য ।

কেহ কেহ এই অবস্থায় বেল অথবা ইন্দ্রযব সিদ্ধ সেবন করাইয়া পীড়া আরাম করিয়াছেন ।

বসন্ত রোগাক্রান্ত গোরুর গাত্র ধোত করিতে হইলে, এক ছটাক সিকা গরম করিয়া এক সের পরিমিত জলে মিশাইয়া ক্ষত ধোত করিয়া দেওয়া ভাল ।

যদি একরূপ ঘটে যে, পীড়িত পশু অত্যন্ত দুর্বল হইয়া পড়িয়াছে এবং ক্রমাগত ধেড়ানি হইতেছে, কোনক্রমে ঔষধ গিলিতে পারিতেছে না, সেইরূপ স্থলে ধারক পিচকারী ব্যবহার করা যুক্তি সিদ্ধ । অর্থাৎ আফিং পোনে এক তোলা এবং এক সের ভাতের মাড় উত্তমরূপে মিশ্রিত করিয়া মল দ্বারে পিচকারী দিতে হইবে । একবার ঔষধ দেওয়ার পর যদি পুনর্বার পেট নাগাইতে থাকে, তবে আর একবার পিচকারী ব্যবহার করিলে নিশ্চয়ই আরাম হইয়া আসিবে ।

বসন্ত রোগ উপস্থিত হইলে কোন কোন পশুর প্রথমে এককালে মল বদ্ধ হইয়া থাকে ; সুতরাং মল নিষ্কাশিত না হওয়ায় কষ্টের বৃদ্ধি

হইয়া উঠে। এজন্য কোষ্ট পরিক্ষারের ব্যবস্থা করা উচিত। মল গরম গরম ভাতের মাড়ের সহিত আধ সের লবণ মিশাইয়া খাওয়াইয়া দিলে কোষ্ট পরিক্ষার হইয়া থাকে। যদি এই ঔষধে মল পরিক্ষার না হয় তবে আধ সের এপসম্ সন্ট এবং এক সের গরম ভাতের মাড় একসঙ্গে মিশাইয়া সেবন করাইতে হইবে। কিন্তু ইহাতেও কোষ্ট পরিক্ষার না হইলে নিম্নলিখিত ঔষধ ব্যবস্থা।

উপকরণ ও পরিমাণ।

গন্ধক চূর্ণ	আধ পোয়া।
শুঠ চূর্ণ	আধ ছটাক।
এপসম্ সন্ট	এক পোয়া।

এক সের পরিমাণ গরম ভাতের মাড়ের সহিত মিশাইয়া সেবন করাইতে হইবে।

লিখিত ঔষধ সমূহে উপকার না হইলে পাঁচ ছটাক ক্যাষ্টর অয়েল খাওয়াইলে মল নির্গত হইবে। ঔষধ সেবনে অনুবিধা হইলে ঈষৎ উষ্ণ জলের সহিত মিশাইয়া পিচকারী দিলেও চলিতে পারে।

ছই সের গরম জলে সাবান ফেণাইয়া এবং তাহাতে দেড় ছটাক সরিষা তৈল মিশ্রিত করিয়া পিচকারী দিলেও কোষ্ট পরিক্ষার হইবে।

কোন কোন পীড়িত পশুর রোগের প্রথমাবস্থায় আপনা হইতেই পেট নামাইতে থাকে অতএব রোগের প্রথমে এইরূপ হইলে কোন প্রকার বিরেচক ঔষধ দেওয়া উচিত নহে। কোষ্ট বন্ধকালে সহসা তীব্র বিরেচক ঔষধ ব্যবহার করিলে পরিশেষে অত্যন্ত উদরাময় উপস্থিত হইবার সম্ভব।

অনেক সময় এরূপও দেখা যায়, কোন কোন পশুর গলা ফুলিয়া থাকে ; বসন্ত রোগে গলা ফুলিলে একখানি তণ্ড লোহ দ্বারা কাণের নীচে হইতে অপর কাণের নীচে পর্য্যন্ত কণ্ঠদেশ বেঁড়িয়া একটা দাগ দেওয়া ভাল।

দগ্ধস্থানের ক্ষত আরাম করিবার নিমিত্ত তৈল প্রস্তুত করিয়া রাখা আবশ্যক। এক পোয়া তার্পিণ তৈলে জয়পালের বীজ আধ ছটাক মিশাইয়া

চৌদ্দ দিন পর্য্যন্ত বাপিতে হইবে, পরে তাহার স্বচ্ছ অংশ লইয়া এবং তাহার সমান পরিমাণ নাবিকেল তৈল মিশাইয়া ঘায়ে দিলে উহা আরাম হইয়া থাকে। জয়পালের তৈল আধ সের এবং এক পোয়া তার্পিণ তৈল এক সঙ্গে মিশাইয়া ব্যবহার করিলেও উপকার হয়।

রোগের যাতনায় যদি পশু অত্যন্ত দুর্বল হইয়া পড়ে, তবে যাহাতে অগ্নি ও তেজ বৃদ্ধি হয়, এরূপ ঔষধ ব্যবস্থা করা উচিত। নিম্নলিখিত ঔষধ সমূহ ব্যবহার করাইলে পীড়িত পশুর অগ্নি বৃদ্ধি এবং পুষ্টি সাধিত হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মদ	এক ছটাক।
হীরাকস	এক তোলা।

উপরের লিখিত দ্রব্য একসঙ্গে মিশাইয়া প্রতিদিন দুই বার সেবন করাইতে হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

জীরা চূর্ণ.	আধ তোলা।
চিরতা চূর্ণ	আধ তোলা।
গুঁঠ চূর্ণ	সিকি তোলা।

তালিকার লিখিত চূর্ণ কয়টি মদের সহিত মিশাইয়া প্রতিদিন একবার করিয়া সেবনের ব্যবস্থা।

উপকরণ ও পরিমাণ।

হীরাকস	ছয় আনা।
চিরতা চূর্ণ	সওয়া তোলা।

আদ সের ভাতের মাড়ের সহিত মিশাইয়া দিনে দুইবার সেব্য।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ইক্ষু-গুড়	আধ পোয়া।
ঘৃত (গব্য)	আধ পোয়া।
গমের ময়দা	আধ পোয়া।

এক সঙ্গে মিশাইয়া দিনে একবার সেবনের ব্যবস্থা।

পীড়িত পশুর পথ্যের প্রতি সতত দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। যাহা সহজে জীর্ণ করিতে পারে এবং যদ্বারা দেহের পুষ্টি সাধিত হয়, এরূপ বল-কারক লঘু-পথ্য ব্যবস্থা করা বিধেয়। কারণ অনেক সময় এরূপ দেখা যায়, পশু রোগের হস্ত হইতে মুক্তিলাভ করিয়া পথ্যের দোষে পুনর্ব্বার পীড়িত হইয়া থাকে। পথ্যও যে ঔষধের কার্য্য করে, তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে থাকা উচিত।

অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসকদিগের মতে এই সময় ভাতের মাড়, তিসির (মসিনা) মাড়, যবের ছাতু এবং কচি কচি লতা পাতা পথ্য দেওয়া উচিত।

যে পর্য্যন্ত পীড়িত পশুর ভেদ না হয়, সে অবধি পরিষ্কার শীতল জল পান করিতে দেওয়া সুপরামর্শ। কিন্তু বাছে পাতলা হইলে জলের পরিবর্তে ভাতের পাতলা মাড় পান করিতে দেওয়া ভাল।

বসন্ত রোগ যেরূপ ভয়ানক তাহা পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, স্তরতাং পালের মধ্যে একটা গোকুর এই রোগ উপস্থিত হইলে, তৎক্ষণাৎ তাহাকে স্বতন্ত্র স্থানে রাখিয়া চিকিৎসা করাইবার ব্যবস্থা করা উচিত। পীড়িত পশু আরোগ্য লাভ করিলে সহসা পালে মিশিতে দেওয়া কর্তব্য নহে। রোগ আরোগ্য হইলে সাবান দিয়া উত্তমরূপে তাহার গাত্র ধৌত করিয়া তবে পালে মিশিতে দেওয়া সুপরামর্শ।

বসন্তাক্রান্ত পশু যে গৃহে অবস্থিতি করিয়া থাকে, সেই গৃহ সতত পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখা সর্ব্বতোভাবে কর্তব্য। কারণ পীড়িত পশুর অস্থিতি নিবন্ধন গৃহের বায়ু দূষিত হইয়া থাকে, সেই দূষিত স্থানে বাস করিলে অন্যান্য পশু পীড়িত হইবার সম্ভব।

প্রতিদিন পীড়িত প্রাণির মল-মূত্র দূরে মুক্তিকার মধ্যে পুতিয়া রাখা সুপরামর্শ। গৃহে গন্ধকের ধূয়া দেওয়া উচিত। কেহ কেহ আবার এরূপও ব্যবস্থা করিয়া থাকেন যে পীড়িত গোকুর নাসিকার সম্মুখে গন্ধকের ধূম রাখা ভাল। যখন দেখা যাইবে, ঐ ধূমে পশু কাসিতে আবস্ত করিয়াছে, তখন উহা স্থানান্তরিত করা আবশ্যক। প্রত্যহ অঙ্গার চূর্ণ, পাথুরিয়া

সে চুণ কিম্বা তীব্রলিক স্যাসিড গো-শালায় ছড়াইয়া দিলে গৃহস্থিত দূষিত বায়ু
স পরিষ্কৃত হইতে পারে। ফলতঃ গৃহাদি পরিষ্কার রাখাও যে, একটা
খ চিকিৎসার অঙ্গ তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে থাকে। গবাদি পশু
যি আমাদের যেরূপ উপকারী, তাহা কাহাকেও যুক্তি দ্বারা বুঝাইয়া দিতে
হয় না। এরূপ উপকারী পশুর পীড়ার সময় তাহাদিগের প্রতি সংব্যব-
ত হার করা যে, ধর্ম্য বুদ্ধির অনুমোদনীয় তাহাতে আর অণুমানও সন্দেহ নাই।
স

গোলাপী আতর।

লেভেণ্ডার, ওডিকলম প্রভৃতি বৈদেশিক সুগন্ধির দৌরাণ্যে স্বদেশজাত
গোলাপী আতর প্রভৃতি অনেক প্রকার অতি উপাদেয় সুগন্ধ দ্রব্য মাটি
হইবার উপক্রম হইতেছে। বঙ্গদেশ ব্যতীত ভারতের আর সর্বত্রই দেশীয়
সুগন্ধবিশিষ্ট দ্রব্যের প্রতি আদর আজিও সমানভাবে প্রচুর পরিলক্ষিত হয়।

অনেক পাশ্চাত্য গন্ধ দ্রব্য অপেক্ষা শৈত্য বা অপর দৈহিক উপকারিতা-
গুণে হীন হইলেও ইহা যে, গন্ধের প্রচুরতা শক্তিতে সকল প্রকার সুগন্ধি
দ্রব্য অপেক্ষা প্রবল তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই। সংক্ষেপে এই
পর্য্যন্ত বলিতে পারা যায় যে, এক ফোঁটা আতরে যতদূর স্থায়ী সৌরভ
বাহির হয়, দশ ফোঁটা ইয়ুরোপীয় গন্ধ দ্রব্যে কখনই তদ্রূপ হয় না।
বোধ হয় এ পরিচয় বঙ্গদেশের অনেকেই অবগত আছেন। তবে যে,
সৌরভের খাতিরে দেশীয় সুগন্ধ দ্রব্য সমূহের প্রতি উপেক্ষা করিয়া
বৈদেশিক সুগন্ধিতে আশক্তি, তাহা কেবল আমাদের জাতীয় হৃদ্যশার
একটা অন্ততম চিহ্ন মাত্র।

ভারতের মধ্যে গাজিপুর গোলাপী আতরের আকর স্থান; বাস্তবিক
গাজিপুরের গোলাপী আতরই সর্বাপেক্ষা উৎকৃষ্ট বলিয়া প্রসিদ্ধ। এ কথা
ইয়ুরোপায়েরাও স্বীকার করেন। গোলাপী আতর গোলাপ পুষ্পজাত
এক প্রকার অতি কোমল বর্ণ-হীন তৈল ব্যতীত আর কিছুই নহে। আতর
প্রস্তুত করিবার প্রণালী অতি সহজ। ইচ্ছা করিলে গৃহস্থমাঝেই নিজ
নিজ গৃহে প্রস্তুত করিয়া লইতে পারেন।

গোলাপ পুষ্প সমূহ সম্পূর্ণ বিকাশ হইবার পূর্বেই তাহা তুলিতে হয় এবং পাপড়িগুলি বাছিয়া লইয়া তাহাদিগের গাত্র হইতে ধূলা প্রভৃতি অপরিষ্কার পদার্থ অতি মতর্কতার সহিত পুঁছিয়া ফেলিতে হইবে। এ বিষয়ে বিলক্ষণ সাবধানতার আবশ্যক। নতুবা পাপড়িতে কোনরূপ অপরিষ্কার পদার্থ সংযুক্ত থাকিলে আত্ম নিৰ্গমের পক্ষে বিলক্ষণ বাধা জন্মে।

গোলাপের পরিস্কৃত পাপড়িগুলি একটী পরিস্কৃত কাচ, প্রস্তুত কিম্বা মুখ্যর পাত্রে রাখিয়া তাহা নির্মল জল দ্বারা পূর্ণ করিতে হইবে। এখন এই পাত্রটী কোন অনাবৃত অর্থাৎ খোলা স্থানে ছয় সাতদিন পর্যন্ত ক্রমাগত রৌদ্রের উত্তাপে রাখিতে হইবে। তৃতীয় কিম্বা চতুর্থ দিবস হইতেই জলের উপরিভাগে একপ্রকার তৈলবৎ পদার্থ ভাসিতে থাকিবে। উহা আবার দুই একদিবস পরেই কেণার আকার ধারণ করিবে। এই পদার্থ গোলাপী আত্মর নামে খ্যাত। যতবার জলের উপরে ঐরূপ পদার্থ ভাসিতে থাকিবে, ততবারই তাহা পরিস্কৃত তুলার ভিজাইয়া তুলিয়া লইতে হইবে। আত্মর তুলিয়া লইলে যে জল অবশিষ্ট থাকিবে, তাহাই উৎকৃষ্ট গোলাপ জল।

আড়াই তোলা পরিমিত অতি উৎকৃষ্ট গোলাপী আত্মর প্রস্তুত করিতে হইলে প্রায় দুই লক্ষ গোলাপের আবশ্যক হয়। কিন্তু সাধারণতঃ প্রায় সেরূপ আত্মর দৃষ্ট হয় না। ব্যবসায়ীগণ সারচন্দন দ্বারা অনেক সময় গোলাপী আত্মর বিকৃত করিয়া থাকে। উহা পরীক্ষা করিতে হইলে একটী স্বচ্ছ কাচ পাত্রে আত্মর পুরিয়া কিছুক্ষণ রৌদ্রে রাখিতে হয়; এইরূপ অবস্থায় রাখিলে উপরিভাগে তৈলাক্ত আত্মর এবং নিম্নভাগে চন্দনের জলীয় অংশ পরিষ্কাররূপে দৃষ্ট হইয়া থাকে।

আত্মর যে কেবলমাত্র বিলাসের পদার্থ তাহা নহে। উহা অনেক সময় ঔষধরূপে ব্যবহৃত হইয়া থাকে। কাণ পাকিলে আত্মর যে কি প্রকার মহৌষধের কার্য্য করে, তাহা বোধ হয় অনেকেই অবগত আছেন।

ঔষধ ব্যতীত অনেক প্রকার উৎকৃষ্ট খাদ্যে গোলাপী আত্মর ব্যবহার

হইয়া থাকে। খাদ্য দ্রব্যে অল্পমাত্র আতর মিশ্রিত করিলে সুগন্ধে ভোক্তাদিগের যাত্র-পর্যটনই তৃপ্তি লাভিত হয়।

গোলাপ পুষ্পের ছায়া অস্ত্রাচ্ছাদিত সুগন্ধ পদার্থ সমূহ হইতেও আতর প্রস্তুত হইয়া থাকে। উৎকৃষ্ট জাতীয় আতরের একরূপ প্রবল গন্ধ যে, রাজকালারে বস্ত্র ধৌত করাইলেও তাহার সঙ্গন্ধ নষ্ট হয় না। গন্ধের উৎকৃষ্টতাসূচক আতরের মূল্য হইয়া থাকে।

মুসলমানদিগের রাজত্ব কাল হইতে এদেশে আতর ব্যবহার হইতে আরম্ভ হইয়াছে। আতরের সুগন্ধে প্রাণ মাতোয়ারা হয় না একরূপ মনুষ্য প্রায় দেখা যায় না।

সকল শ্রেণীর লোক অপেক্ষা মুসলমানদিগের মধ্যেই আতরের অধিক ব্যবহার দেখিতে পাওয়া যায়। আতরে হৃগন্ধ নষ্ট করিয়া থাকে, সুতরাং কেবলমাত্র বিলাসিতার জন্ত না ইউক ঔষধাদির নিমিত্তও গৃহস্থের গৃহে উহা স্থান পাইবুর উপযুক্ত।

খিলান।

গৃহাদি নির্মাণ কার্যে, খিলান গঠন একটা গুরুতর কর্ম। খিলানের উদ্দেশ্য বা কার্য কি; ইহা ইহার উপরিস্থ ভার কিরূপে কোথায় চালিত করিয়া দেয়; কোন্ স্থানে কিরূপে খিলান নির্মাণ করা উচিত; কোন্ খিলান অধিক শক্ত, কোন্ খিলানই বা অপেক্ষাকৃত অল্প ভারসহ; কোন্ খিলানের কোন্ স্থানে অধিক পরিমাণে ভার দিলে, খিলান ভাঙ্গিয়া যাইবার সম্ভব, কোন্ স্থানেই বা ইচ্ছামত ভার দেওয়া যাইতে পারে; খিলানের আরতন অনুসারে উহার স্থূলতা কিরূপে নির্ণয় করিতে হয়; খিলান নির্মাণ কালে কোন্ কোন্ বিষয়ে বিশেষ লক্ষ রাখা আবশ্যক, ইত্যাদি বিষয় অনেকেই সবিশেষ অবগত মনেন। এইজন্য আমরা খিলানের স্থূল স্থূল জ্ঞাতব্য বিষয়গুলি নিয়ে বর্ণন করিতেছি।

উদ্দেশ্য বা কার্য অনুসারে বিভাগ করিতে হইলে খিলান দুই প্রকার,

“সোজা” ও “উন্টা” । এই উভয় প্রকার খিলানের কার্য সম্পূর্ণ বিপরীত । সোজা খিলান, ইহার উপরিস্থ ভারের নিয়মামী বেগ প্রতিরোধ করিয়া, ঐ ভার, খিলানের উভয় প্রান্তস্থ গাঁথনির (যাহার উপর খিলান নির্মিত হইয়াছে) উপর চালাইয়া দেয় ; খিলানের নিম্নে যদি কোন গাঁথনি থাকে, ঐ গাঁথনিতে অণুমাত্র ভার পড়িতে দেয় না । কিন্তু উন্টা খিলানের কার্য সম্পূর্ণ বিপরীত ; ইহা, ইহার প্রান্তস্থ গাঁথনির ভার টানিয়া আনিয়া, ইহার নিম্নস্থ গাঁথনির উপর চালাইয়া দেয় । এই জন্যই দরজা এবং পিল্লা বা থামের মধ্যস্থ ফাঁকের উপরে সোজা খিলান এবং নীচে উন্টা খিলান দেওয়া উচিত । উপরে সোজা খিলান থাকায়, খিলানের উপরিস্থ ভার উক্ত দরজার পার্শ্বের গাঁথনি, পিল্লা বা থাম চালিত হইয়া যায় এবং নীচে উন্টা খিলান থাকায়, ঐ সমুদায় ভার, কেবলমাত্র, ঐ সকল পিল্লাদির নিম্নের গাঁথনির উপর না পড়িয়া, ফাঁকের নীচের গাঁথনিতেও ছড়াইয়া পড়ে ; সুতরাং বনিয়াদের উপর সমস্ত ভারই সম ভাবে চালিত হইয়া যায় । কিন্তু এই উভয় প্রকার খিলানের উভয়বিধ কার্য অনেকেই অবগত নহেন । যাহারা শুনিয়াছেন বনিয়াদে খিলান করিলে ভাল হয় ; কিন্তু কেন ভাল হয় তাহা জানেন না, এবং সেইজন্য যেখানে সেখানে সোজা খিলান করিয়া থাকেন । কিন্তু ইহাতে বিপরীত ফল হয় । উল্লিখিত কারণে ইহাতে অপকার ভিন্ন কিছুমাত্র উপকার নাই । বনিয়াদের কোন্ স্থানে সোজা খিলান আবশ্যক হয় তাহা ষষ্ঠ সংখ্যা গৃহস্থালিতে, ভিত্তি বা বনিয়াদ শির্ষক প্রস্তাবে লিখিত হইয়াছে ।

আকার ভেদে খিলান, আপাততঃ বহুবিধ বলিয়া বোধ হয় । কিন্তু বাস্তবিক তাহা নহে । সকল প্রকার খিলানই একটা বৃত্তাংশ, কিম্বা দুই বা ততোধিক বৃত্তাংশের সংযোগ ফল ব্যতীত আর কিছুই নহে । সচরাচর যে সকল খিলান ব্যবহৃত হইয়া থাকে, আকার ভেদে উহারা সাধারণতঃ চারি শ্রেণীতে বিভক্ত হইতে পারে :—

১। গোল খিলান (Semi-circle arch) :

২। ভাজা চামটিকা খিলান (Segmental arch) :

৩। বাদামে খিলান (Semi-elliptical arch)

৪। সমতল বা চাপা খিলান (Flat arch)

এই সকলের মধ্যে গোল খিলান সর্বাপেক্ষা অধিক শক্ত; ভাঙ্গা বা চামটিকা খিলান উচ্চতার কম হওয়ায় সচরাচর ব্যবহৃত হয়; এবং বাদামে খিলান দেখিতে অতি সুন্দর। সমতল বা চাপা খিলান, খিলান নামে অভিহিত হইতে পারে না। ইহা ইষ্টক নির্মিত কড়ি বলিলেও চলে। ইহার ভার বহনের ক্ষমতা অতি অল্প; উপরে একটা গোল বা ভাঙ্গা খিলান না থাকিলে, ইহা উপরের ভারে সহজেই ভাঙ্গিয়া যায়। দরজা প্রভৃতির উপরিভাগ সমতল দেখাইবার জন্তই এইরূপ খিলান ব্যবহৃত হইয়া থাকে।

উপরোক্ত আকারের খিলান ব্যতীত, (Pointed) খিলান প্রভৃতি আর কয়েক প্রকার খিলান মাঝে মাঝে ব্যবহৃত হইয়া থাকে। কিন্তু উহারা দুই বা ততোধিক বৃত্তাংশের সংযোগ ফল ব্যতীত আর কিছুই নহে। গির্জা প্রভৃতির দরজা ও জানালার ঐ সকল খিলান সচরাচর ব্যবহৃত হয়।

মধ্যস্থল কিঞ্চিৎ উচা করিয়া, খাদরি করিয়া ইট সাজাইলেই যে খিলান হইল এরূপ নহে। খিলানের জ্যা (Sdan) ও উচ্চতা (Rise) স্থির করিয়া, সাবধানতার সহিত উহার আকারের ঠিক অল্পরূপ ইষ্টক বা কাষ্ঠ দ্বারা কালবুদ করা উচিত। খিলানের আকার ঠিক না হইলে, উহার ভারবহু শক্তি অনেকাংশে কম হয়, সুতরাং খিলানটী সহজেই ভাঙ্গিয়া যাইবার সম্ভব। রাজমিস্ত্রিগণ গোল খিলানগুলি ঠিক করিয়া নির্মাণ করিতে পারে, কিন্তু ভাঙ্গা ও বাদামে খিলানগুলির জ্যা ও উচ্চতা জানিলে উহাদের আকার ঠিক করিয়া, কালবুদ প্রস্তুত করিতে পারে না। এইরূপ খিলান ভাঙ্গার প্রায়ই আন্দাজে প্রস্তুত করিয়া থাকে। এইজন্য খিলানের জ্যা ও উচ্চতা জানিলে, উহার অন্তর্পরিধি (Intrados) কিরূপে অঙ্কিত করিতে হয় তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

গোল খিলানের কথা লিখিবার আবশ্যক নাই, কারণ ইহা প্রায় সকলেই অবগত আছেন। ভাঙ্গা খিলানের জ্যা ও উচ্চতা জানা থাকিলে,

প্রথমতঃ উহা যে বৃত্তের অংশ, তাহার ব্যাসার্দ্ধ স্থির করিতে হইবে। উহা স্থির করিবার নিয়ম এইরূপ :—খিলানের জ্যার বর্গফল এবং উহার উচ্চতার বর্গফলের চারিগুণ; এই উভয়ের বোগফলকে, ঐ উচ্চতার আটগুণ দিয়া ভাগ কর। এই ভাগফল, উক্ত বৃত্ত বা খিলানের ব্যাসার্দ্ধ হইবে যথা, মনে কর একটা চাপা খিলানের জ্যা ৮ ফুট এবং উচ্চতা ২ ফুট। উহার ব্যাসার্দ্ধ বাহির করিতে হইবে।

$$৮^২ = ৬৪ ; ৪ \times ২^২ = ১৬ ; ৬৪ \times ১৬ = ৮০$$

$$৮ \times ২ = ১৬ ; \text{সুতরাং ব্যাসার্দ্ধ} = \frac{৮০}{১৬} = ৫ \text{ ফুট}$$

এইরূপে ব্যাসার্দ্ধ স্থির করিয়া, একটি লম্বা সূতা বা দড়ির মধ্যভাগে একটি গাঁইট দিতে হয়। অনন্তর ঐ গাঁইটের প্রত্যেক পার্শ্বে ঐ ব্যাসার্দ্ধ পরিমিত সূতা বা দড়ি রাখিয়া, উহার অবশিষ্ট অংশ কাটিয়া ফেলিতে হয়। পরে ঐ সূতার উভয় প্রান্ত উক্ত খিলানের জ্যার উভয় প্রান্তে ধরিয়া, গাঁইট ধরিয়া সূতাটা টান্ টান্ করিয়া খিলানের নীচে এবং উহার সহিত এক সমতল ক্ষেত্রে বিস্তারিত করিতে হয়। এক্ষণে গাঁইটটি যে বিন্দুতে থাকিবে, ঐ বিন্দুতে উহা দৃঢ়রূপে ধরিয়া, সূতাটির উভয় প্রান্তের মধ্যে এক প্রান্ত ছাড়িয়া দিয়া, অপর প্রান্তটি ধরিয়া ঘুরাইলেই, খিলানের বৃত্তাংশটি অঙ্কিত হইবে। এইরূপে সূতা ধরিয়া খিলান করিলে, উহাতে দোষ হইবার সম্ভাবনা থাকে না।

উপরে ভাঙ্গা বা চামড়িকা খিলানের কথা লিখিত হইল। বাদামে খিলান অঙ্কিত করিবার প্রণালী স্বতন্ত্র প্রকার। এই খিলানের জ্যা সম-
+ দ্বিগুণিত করিয়া তথা হইতে, খিলানের উচ্চতার সমান করিয়া, একটি সরল রেখা লম্বভাবে টান। অনন্তর ঐ লম্বের অগ্রভাগে একটি পেরেক বা কোন প্রকার শক্ত শলাকা পুত। পরে ঐ শলাকায় একটি সূতা বাঙ্কিয়া উহা খিলানের জ্যার অর্ধভাগের সমান করিয়া কাটিয়া ফেল। উক্ত পেরেক বা শলাকা কেন্দ্র এবং সূতাটি ব্যাসার্দ্ধ করিয়া, একটি বৃত্ত অঙ্কিত করিলে, উহার পরিধি খিলানের জ্যাকে হুই বিন্দুতে কর্তন করিবে। এই হুই বিন্দু উক্ত লম্বের উভয় পার্শ্বে থাকিবে। পরে এই হুই বিন্দুতে পূর্বের

ন্যার দুইটি পেরেক বা শলাকা পুতিয়া, ঐ দুইটি এবং উক্ত লম্বের অগ্র-ভাগস্থ একটি; এই তিনটি পেরেক বা শলাকা বেড়িয়া একটি সূতা টান টান করিয়া ত্রিভুজাকারে দৃঢ়রূপে বঁধ। এক্ষণে লম্বের অগ্রভাগস্থ পেরেকটি উঠাইয়া, এবং উহা দ্বারা সূতাটি টান টান রাখিয়া, রেখা টানিলে, উহা বাঁদামে খিলানের আকারে অঙ্কিত হইবে। মাটি বা অন্য কোন সমতল ক্ষেত্রে এইরূপে অঙ্কিত করিয়া, তদনুসারে কাঠের কাঁলবুদ প্রস্তুত করতঃ তদুপরি খিলান নির্মাণ করিলেই ভাল হয়।

খিলানের ব্যাসার্দ্ধ স্থির করিতে হইলে, উহার জ্যা ও উচ্চতা জানা আবশ্যক। যে ফাঁকের উপর খিলান হইবে, খিলানের জ্যা সেই পরিমিত হইবে, সুতরাং উহা সর্বদাই জানা থাকে। উচ্চতাটি জ্যার পরিমাণ অনুসারে স্থির করিয়া লইতে হয়। যদি খিলানটি বিশেষ শক্ত করিবার আবশ্যক হয় এবং স্থানাভাব না থাকে, তাহা হইলে গোল খিলান করাই ভাল। গোল খিলানের উচ্চতা যে জ্যার অর্দ্ধ পরিমিত হইবে ইহা সকলেই বিদিত আছেন, সুতরাং বলা নিম্প্রয়োজন। স্থানাভাব হইলে কিছা মকম বা লোন্ডর্যের জন্য ভাঙ্গা ও বাঁদামে প্রভৃতি খিলানের আবশ্যক হয়। ভাঙ্গা ও বাঁদামে খিলান সকলের উচ্চতা, উহাদের জ্যা, উপরিস্থ ভার ও ধ্বংস মাল মসলায় খিলানগুলি নির্মিত, তাহার বলের উপর নির্ভর করে। কিন্তু ঐ উচ্চতা নির্ণয় করিবার বিশেষ কোন নিয়ম নাই। সাধারণ গৃহাদিতে উক্ত উচ্চতা খিলানের জ্যার $\frac{2}{3}$ অংশ হইতে $\frac{3}{4}$ অংশ পর্যন্ত হইয়া থাকে। পূল বা বড় বড় খিলানে ঐ উচ্চতা জ্যার $\frac{1}{2}$ অংশ হইতে $\frac{3}{4}$ অংশ পর্যন্ত করা যাইতে পারে। ভাঙ্গা খিলানের উচ্চতা ত্রিগুণ করিবার কালে ইহা স্মরণ রাখা উচিত যে, খিলানের উচ্চতা যত অধিক হইবে, উত্তর পার্শ্বের দেওয়ালে ইহার চাপ তত অল্প পড়িবে; এবং উচ্চতা যত কম হইবে উক্ত চাপ ততই বৃদ্ধি পাইবে।

খিলানের উচ্চতা স্থিরীকৃত হইলে, উহার স্থূলতা নির্ণয় করা আবশ্যক। খিলানের স্থূলতা, উহার উচ্চতা, উপরিস্থ ভার এবং মাল মসলায় উৎকর্ষ ও অপকর্ষের উপর নির্ভর করে। সাধারণ গৃহাদির খিলান ১ ফুট

৩ ইঞ্চি মোটা করিলেই যথেষ্ট হয় এবং সাধারণতঃ প্রায় সমুদয় গৃহের খিলানই এইরূপ মোটা করা হইয়া থাকে। সর্ব উপর তলের খিলান ১০ ইঞ্চি মাত্র মোটা করিলে চলে। চাপা বা সমতল খিলানের উপর আর একটি গোল বা ভাঙ্গা খিলান করা উচিত। এই খিলানকে দোহারা (Revieling arch) খিলান কহে। পূর্বেই লিখিত হইয়াছে, চাপা খিলান ইষ্টক নির্মিত কড়ি ভিন্ন আর কিছুই নহে; ইহার ভারবহ শক্তি নাই বলিলেই হয়। এইরূপ খিলানের সমতল অংশ ১০ ইঞ্চি এবং উপরের দোহারা খিলান ১ ফুট ৩ ইঞ্চি মোটা করিতে হয়। অনেকে এই দোহারা খিলানটির উদ্দেশ্য বুঝে না; এবং সেই জন্য নীচের সমতল খিলানটি অধিক মোটা এবং উপরের দোহারা খিলানটি নামমাত্র করিয়া থাকেন। কেহ কেহ বা সমতল খিলানের উপর আদৌ দোহারা খিলান নির্মাণ করেন না। কিন্তু এরূপ করায় খিলানটি যে নিতান্ত হীন-বল হয় তাহা বলা বাহুল্য-মাত্র। সমতল খিলানের উপর দোহারা খিলান নির্মাণ করা সর্বতোভাবে কর্তব্য।

অনেক গৃহস্থকে পল্লিগ্রামের পথে পাকা পুল বা সেতু নির্মাণ করাইতে হয়। তাঁহাদের সুবিধার জন্য আমরা এরূপ সেতুর খিলানের স্থলতা নিরূপণ করিবার নিয়ম নিম্নে লিখিতেছি।

মনে কর খিলানের স্থলতা = x —

খিলানে জ্যা অর্থাৎ পুলের ফোকরের প্রস্থ = y

তাহা হইলে, $x = \frac{y^2}{30} + 1.1$

উদাহরণ। যদি পুলের ফোকর ১০০ ফুট হয়, তাহা হইলে উহার খিলানের স্থলতা $\frac{100^2}{30} + 1.1 = 333.3 + 1.1 = 334.4$ ফুট ৫ ইঞ্চি হইবে। কিন্তু ১ ফুট ৫ ইঞ্চি ইটের মাপ মিলে না, এইজন্য উক্ত স্থলতা ১ ফুট ৩ ইঞ্চি করিলেই চলিতে পারে।

এঞ্জিনিয়ার ব্যাক্সিন্ সাহেবের মতে উপরোক্ত নিয়মে খিলানের স্থলতা বাহির না করিয়া, নিম্নোক্ত নিয়মে করা ভাল। তিনি বলেন যে, যদি

এক ফুকারের গুল হয়, তাহা হইলে উহার খিলানের স্থলতা = $\sqrt{০.১২৬}$;
 ϕ = খিলানের ব্যাসার্ধ। আর যদি ছুই বা ততোধিক খিলানের গুল হয়
 তাহা হইলে উক্ত স্থলতা = $\sqrt{০.১৭৬}$;

খিলানের জ্যা ও উচ্চতা জানা থাকিলে উহার ব্যাসার্ধ বাহির করিবার
 নিয়ম পূর্বেই লিখিত হইয়াছে। এই স্থলে ব্যাসার্ধ যদি জানা না থাকে,
 তাহা হইলে, সেই নিয়মানুসারে উহা স্থির করিয়া, পরে খিলানের স্থলতা
 বাহির করিতে হইবে।

খিলানের ব্যাসার্ধ, উচ্চতা ও স্থলতা নিরূপিত হইলে, উহা গাঁথিতে
 আরম্ভ করা যাইতে পারে। কিন্তু গাঁথিবার সময় বিশেষ সাবধানতার
 আবশ্যক। গাঁথিবার পূর্বে, কালবুদ—অর্থাৎ যাহার উপরে খিলানটি
 নির্মিত হইবে, ভাল করিয়া প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়। কাষ্ঠ নির্মিত
 কালবুদ হইলেই ভাল হয়; কিন্তু সচরাচর প্রায় বাঁশ, ইট, মাটি ও
 স্তরিক প্রভৃতি দ্বারা কাঁচা কালবুদ নির্মিত হইয়া থাকে। এইরূপ কালবুদ
 প্রস্তুত করিতে রাজমিস্ত্রিগণ, বাঁশগুলি প্রায়ই খিলানের গোড়ায় কিয়ৎ
 পরিমাণে ঢুকাইয়া দেয় এবং তাহাতে খিলানের গোড়া অপেক্ষাকৃত সরু
 হওয়ায়, খিলানটির বলের হ্রাস হইয়া যায়। এক্ষণে কালবুদ করা কোন
 মতে বিধেয় নহে। বাঁশগুলি ঠিক ফুকারের সমান করিয়া কাটিয়া, ঐগুলি,
 বাঁশ বা, কাষ্ঠের খুঁটি দ্বারা যথাস্থানে সন্নিবেশিত করা উচিত। গাঁথনির
 ভিতর অণুমান্যও ঢুকাইয়া দেওয়া উচিত নহে। পরে খিলান হইয়া
 যাইলে, কালবুদটি খুলিবার কালে, উক্ত খুঁটিগুলি খুলিয়া ফেলিলেই
 কালবুদটি পড়িয়া যাইবে, দেওয়াল বা খিলানে কিছুমাত্র চোট লাগিবে না।
 কালবুদ প্রস্তুত করিবার সময় এই বিষয়টিতে বিশেষ লক্ষ্য রাখা উচিত।
 কালবুদ নির্মাণকালে প্রথমতঃ খিলানের কেন্দ্র বা কেন্দ্রগুলি স্থির করিয়া
 তথায় শলাকা বিদ্ধ করা উচিত। অনন্তর ঐ শলাকায় সূতা বান্ধিয়া,
 খিলানের ব্যাসার্ধের মাপে, চালকা ফিরাইয়া কালবুদের উপরিভাগটি
 ঠিক খিলানের বাকমত প্রস্তুত করা উচিত। রাজমিস্ত্রিগণ কালবুদ
 নির্মাণকালে সচরাচর আর একটা দোষ করিয়া থাকে। তাহারা অসাব-

ধানতা প্রযুক্ত, কালবুদের বাঁশগুলি প্রায়ই সৰু সৰু দিয়া থাকে এবং কালবুদের উপরিভাগ অধিক পরিমাণে মৃত্তিকা দিয়া পুরাইরা দেয়। খিলান নির্মিত হইলে, উহার ভারে বাঁশগুলি প্রায়ই মধ্যভাগে নত হইয়া পড়ে এবং মাটিগুলি উপরের চাপে বসিয়া যায়, সুতরাং খিলানটী বিকৃত হইয়া যায়। বাহাতে এই দোষ না ঘটে, কালবুদ নির্মাণকালে তাহায়ে দৃষ্টি রাখা উচিত।

খিলান গাঁথিবার কালে প্রত্যেক ইটখানি কড়ান ধরিয়া গাঁথা উচিত; অর্থাৎ কেন্দ্রে বদ্ধ স্থতাটী টান্ টান্ করিয়া খিলানের ইটের পায় ধরিলে, উহা যেন সর্বতোভাবে খড়ায় লাগিয়া থাকে। রাজমিস্ত্রিগণ সচরাচর এ বিষয়ে বিশেষ দৃষ্টি রাখে না এবং তজ্জন্ত প্রায়ই খিলানের কোন স্থানে অধিক এবং কোন স্থানে অল্প মসলা লাগে। ইটগুলি যথানিয়মে না বসিলে, খিলানের উদ্দেশ্য সাধিত হয় না, সুতরাং খিলানটী অপেক্ষাকৃত হীন-বল হইয়া পড়ে। ইটগুলির উভয় প্রান্ত সমান মোটা হওয়ায়, কড়ান ধরিয়া গাঁথিলে খিলানের নিম্নমুখ অপেক্ষা, উপরের মুখে অধিক মসলা লাগিয়া থাকে। এই দোষ নিরাকরণ করিবার জন্য খিলানটী সমগ্র স্থলভাগ একেবারে না গাঁথিয়া, অর্ধইটী পরিমিত পৃথক পৃথক লহরে (ring) গাঁথা ভাল। কারণ পাঁচ ইঞ্চির ভিতর, নিম্ন ও উপর প্রান্তের বিভিন্নতা প্রায় অসুভব করা যায় না। খিলানের চাবি (Key) ইট বা মধ্যস্থলের ইটখানি খুব জোর করিয়া বসান উচিত। ঐ ইটখানি আল্গা থাকিলে, খিলানটী নিতান্ত হীন-বল হয়। রাজমিস্ত্রিগণ এই বিষয়ে প্রায়ই ~~কম~~ দৃষ্টি চেষ্টা করে। তাহারা মধ্যস্থলের ইটখানি বসাইয়া, প্রায়ই উহার উভয় পার্শ্বে সুরকি দিয়া পুরাইরা দেয়। গৃহস্থের এ বিষয়ে বিশেষ দৃষ্টি রাখা উচিত। সাধারণ রাজমিস্ত্রিগণ ভাঙ্গা খিলান গাঁথিবারকালে প্রায়ই একটা ভয়ানক দোষ করিয়া থাকে। কড়ান ধরিয়া গাঁথিতে হইলেই, গোল ও বাদাম খিলানের প্রত্যেক প্রান্তেরে প্রথম ইটখানি সমতল-ভাবে বসিয়া থাকে এবং ভাঙ্গা খিলানের, উক্ত ইটের কড়ান অল্পসারে কাত হইয়া বসে; সুতরাং দেওয়ালের যে অংশে খিলানটী নির্মিত হইবে

উহা কড়ান ধরিয়া চালুভাবে গাঁথা উচিত । সাধারণ রাজমিস্ত্রিগণ ভাঙ্গা খিলান গাঁথিবারকালে প্রায় এরূপ করে না । তাহারা গোল ও বাদামে খিলানের স্থায়, ভাঙ্গা খিলানেরও প্রত্যেক প্রান্তের প্রথম ইটখানি সমতলভাবে বসাইয়া ইটের এক প্রান্তে অন্ন এবং অপর প্রান্তে অধিক মসলা দিয়া, উপরের ইটগুলি ক্রমশঃ কড়ানদই করিয়া আনে । ইহাতে খিলানের গোড়া নিতান্ত হীন-বল হয় । ভাঙ্গা খিলান গাঁথিবার কালে যাহাতে রাজমিস্ত্রিগণ এই দোষ না করে, তদ্বিষয়ে বিশেষ দৃষ্টি রাখা উচিত ।

খিলান গাঁথা হইলে কতদিন পরে কালবুদ খুলা উচিত, তদ্বিষয়ে মতভেদ আছে । কেহ কেহ কহেন, গাঁথার পর কয়েক দিন রাখিয়া কালবুদ নামান ভাল । কিন্তু সাধারণ গৃহাদিতে সচরাচর বেরূপ আয়া-তনের খিলান নির্মিত হয়, তাহার কালবুদ, খিলান নির্মাণের অব্যবহিত পরে খুলিলেও হানি নাই এবং দশ, পনের দিন বা মাসাবধি রাখিয়া নামাইলেও কোন দোষ ঘটে না । বড় খিলানের কালবুদ খুলিবার সময়ই বিশেষ বিচক্ষণতার আবশ্যক । এইজন্য আমরা এখানে কালবুদ খুলিবার সময়ের বিষয় সর্বিশেষ পর্যালোচনা করিতে প্রবৃত্ত হইলাম না ।

গোল ও বাদামে খিলান, দেওয়ালকে ঠেলিয়া ফেলিতে অণুমাত্র চেষ্টা করে না ; কিন্তু ভাঙ্গা খিলান দেওয়ালকে বহির্দিকে ঠেলিয়া ফেলিতে চেষ্টা করে এবং খিলানের উচ্চতা যত কম হয় এই বল তত অধিক হইয়া থাকে, এইজন্য ভাঙ্গা খিলান যে দেওয়ালের উপর নির্মিত হয়, উহার প্রস্থ বিশেষ বিবেচনার সহিত স্থির করা উচিত । আজকাল লৌহের কড়ির উপর ভাঙ্গা খিলানের ছাদ অনেক নির্মিত হইতেছে । ঐ সকল ছাদের প্রত্যেক প্রান্তের খিলান যে, দেওয়ালের উপর নির্মিত হয়, ঐ দেওয়াল যে লৌহ শলাকা দ্বারা নিকটস্থ কড়ির সহিত টানা থাকে, ভাঙ্গা খিলানের উল্লিখিত বলের প্রাত্যহিক করাই তাহার উদ্দেশ্য ; অর্থাৎ খিলানটী দেওয়ালকে বহির্দিকে ঠেলিয়া ফেলিবার চেষ্টা করে এবং ঐ শলাকাগুলি ঐ দেওয়ালকে টানিয়া রাখে ।

যে সমুদায় খিলানের উচ্চতা, উহাদের জ্যার অর্ধেকের অধিক নহে,

গরম জলে ও গণ্ডূষ করিয়া থাকেন। উষ্ণজলে গণ্ডূষ করিলে যদিও কফ, অরুচি, মল ও দন্তের অড়তা নাশ এবং মুখলঘু হয় বটে কিন্তু সর্ব সাধারণের পক্ষে উষ্ণোদক গণ্ডূষ করা বিধেয় নহে। কারণ ক্ষীণ ও রুক্ষ ব্যক্তি অথবা যাহার চক্ষু ও মল কুপিত, তাহার পক্ষে উষ্ণোদক গণ্ডূষ প্রশস্ত নহে। শীতল জলে গণ্ডূষ করিলে রক্তপিত্ত এবং মুখের পিড়কা, শোথ, নীলিকা ও ব্যঙ্গ প্রভৃতি রোগ আরোগ্য হয়। ঈষৎ জলে গণ্ডূষ করিলে কফ, বাত ও মুখ-শোধ নিবারিত হয় এবং শরীর স্নিগ্ধ থাকে। (৪)

প্রতিদিন দাঁতুন করিলে দন্ত-মূল দৃঢ় হয়। আজকাল অনেকে দাঁতুনের পরিবর্তে ব্রস্, ব্যবহার করিতে আরম্ভ করিয়াছেন। দন্ত ধাবনের পক্ষে শক্ত ব্রস্ অতীব অপকারী। কঠিন ব্রস্ দন্ত ও মাড়ি উভয়ের পক্ষেই অপকারক। যাহারা কঠিন ব্রস্ ব্যবহার করেন, তাঁহাদের দাঁতের গোড়া ক্ষয় প্রাপ্ত দৃষ্ট হয়; এরূপ অভ্যাসের ফল এই যে, এতদ্বারা দন্তের মূলে আবশ্যক ও উপযুক্ত পরিমাণ রক্তের পরিচালনা হইতে পারে না এবং তাহাতে দন্তের মূল-দেশ শীঘ্রই শিথিল হইয়া পড়ে। শূকরের কুঁচি অথবা তদ্রূপ কোনরূপ কঠিন লোম দ্বারাই সচরাচর টুথ্ ব্রস্ প্রস্তুত হইয়া থাকে। সেরূপ ব্রস্ দন্তের পক্ষে বিশেষ অপকারী। ঐ সকলের ব্যবহার পরিত্যাগ করাই সর্বতোভাবে বিধেয়। তৎপরিবর্তে কোমল ব্রস্ ও তাহার সহিত কিঞ্চিৎ দন্ত মার্জ্জিনীর গুঁড়া প্রত্যহ মুখ ধুইবার সময় ব্যবহার করিলেই দাঁত বেশ পরিষ্কার ও সুদৃঢ় থাকিতে পারে।

(৪) গণ্ডূষমপি কুর্বাঁত শীতেন পয়সা মুহঃ ।

ককতৃক্ষামলহরং মুখাস্তঃশুদ্ধিকারকম্ ॥

মুখোষ্ণোদক গণ্ডূষঃ কফারুচি মলাপহঃ ।

দন্তজাড্য হরশ্চাপি মুখলাঘবকারকঃ ॥

বিষমুচ্ছান্দদান্তানাং শোষণাং রক্তপিত্তিনাম্ ।

কৃপিতাক্ষিমলক্ষীণ রুক্ষাণাং স ন শস্ততে ॥

সঃ মুখোষ্ণোদক গণ্ডূষঃ ।

যাঁহাদের দাঁত পান্থা বা অগ্নেই অমুহু হইয়া পড়ে, তাঁহাদের পক্ষে স্পঞ্জ রোলার (Sponge roller) ব্যবহার করাই সর্বতোভাবে বিধেয়। যাঁহারা নিজ নিজ দস্ত-শূল হইতে নিষ্কৃতি লাভ করিতে বাসনা করেন বা যাঁহারা নিজ নিজ দস্ত অদৃঢ়রূপে রক্ষা করিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহাদের অতিশয় গরম পানীয় দ্রব্য ব্যবহার করা অতুচিত। প্রস্তুত খড়ি* (Prepared chalk) কিম্বা ম্যাগ্নেসিয়া মুখ প্রক্ষালনের পক্ষে অতি উপকারী। প্রত্যহ রীতিমত ইহাদের মধ্যে যে কোনটা ব্যবহার করিলে মুখের দুর্গন্ধ বিনষ্ট হয়, দস্ত পরিষ্কার থাকে এবং তৎসঙ্গে দাঁতের মাড়িও শক্ত হয়।

দাঁতের গোড়ায় পীড়া জন্মিলে, অথবা ময়লা ধরিলে তাহাতে এক জাতীয় কীট উৎপন্ন হয়; এবং কোন কোন সময়ে পীড়ার পূর্বেই কীট উৎপন্ন হইয়া থাকে। এই সকল পোকা দস্ত ও মাড়ির পক্ষে অতিশয় অহিত-কর; দস্তের স্বাস্থ্যের নিমিত্ত তাহাদের শীঘ্রই ধ্বংস করা বিধেয়। নতুবা অতি অল্প দিনের মধ্যেই তাহারা হাড়ের মধ্যে একরূপে প্রবলভাবে ও একরূপ স্থান অধিকার করিয়া বসে যে, পরিশেষে আর তাহাদিগকে কিছু-তেই দূরীকৃত করা যায় না। দস্তের মূলে ঐকপ পোকা জন্মিয়াছে কি না তাহা সহজেই বুঝা যায়। ঐকপ পোকা জন্মিলে দস্তের গোড়ায় এবং পার্শ্বের মাংসের রং দীর্ঘ বা অল্প পবিনাণে ময়লা হয় ও ক্ষয় হইয়া দাঁত অনেক ফাঁক ফাঁক করিয়া ফেলে। অনেক বালকের পোকা দাঁত এইরূপে দৃষ্ট হইয়া থাকে।

এতদ্ব্যতীত পোকা ধরিলে দাঁতের গোড়া সময়ে সময়ে শুলায় বা চুলকাইয়া থাকে। তাহার প্রতিবিধানের নিমিত্ত অর্থাৎ দস্ত-মূল দৃঢ়-প্র পোকা বিনষ্ট করিতে হইলে নিম্নলিখিত ঔষধ ব্যবহার করা বিধেয়।

আধ ছটাক মার এবং তিন পোয়া পোর্ট মদিরিকা ও সেই পরিমিত বাদামের তৈল একত্র মিশ্রিত করিয়া প্রতিদিন প্রাতে তদ্বারা মুখ প্রক্ষালন করিতে হইবে।

* চা-খড়ি জলে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিলে তাহা থিতাইয়া নীচে যে খড়ি জমে, তাহাকে প্রস্তুত চক্ কহে।

নানা কারণে দন্তে রোগ জন্মিয়া থাকে। তন্মধ্যে অকীর্ণ দোষ একটা প্রধান কারণ মধ্যে পরিগণিত। অনেককণ উপবাসী থাকিলে, জরাদি জনিত অনাহারে এবং অন্যান্য কারণেও দন্তরোগ হইয়া থাকে। নিত্য সুন্দররূপে দন্ত ধাবন এবং মুখ প্রক্ষালনে অবহেলা করিলে দন্তমূল বেদনা-যুক্ত এবং দাঁতের উপর এক প্রকার ময়লা জন্মে। এই ময়লাকে পাথরী কহিয়া থাকে। দাঁতে পাথরী জন্মিলে দন্তের উপর এক একখানি চটি পড়ে। দাঁতে ঐরূপ চটি পড়িলে তাহা তুলিয়া ফেলা উচিত। কারণ উহা দ্বারা দাঁত জখম হয়, মাড়িতে বেদনা উৎপাদন করে, এবং শীঘ্রই কিস্বা বিলম্বেই হউক উহা কষ্টদায়ক হইয়া উঠে। প্রতিদিন দন্ত ধাবন করিলে ঐরূপ চটি জন্মিতে পারে না।

দাঁত উঠিবার সময় হইতে দন্ত সম্বন্ধে সাবধানতা অবলম্বন করা আবশ্যিক। শিশুদিগের হৃদে দাঁত পড়িয়া যখন স্থায়ী দন্ত উঠিতে থাকে, তখন সর্বদা উহা পরীক্ষা করা উচিত। কাহারও কাহারও এক্রপও দেখা যায়, বক্রভাবে দাঁত উঠিতে থাকে, কাহারও আবার একটা দন্তের মূলে আবার আর একটা দন্ত উঠিয়া দন্ত পঙ্ক্তির সৌন্দর্য্য নষ্ট করিয়া দেয়। সুতরাং সেই সময় দন্তচিকিৎসকের সাহায্য লইলে অনায়াসেই তাহা নিবারণ করা যাইতে পারে। অসমান অতিরিক্ত দন্ত উৎপাদন করিয়া দন্ত-পঙ্ক্তি সমশ্রেণী করা যাইতে পারে।

বাল্যকাল হইতে শিশুদিগকে মুখ প্রক্ষালন করিতে অভ্যাস করান আবশ্যিক। নিয়মিতরূপে মুখ প্রক্ষালন না করিলে মুখে এক প্রকার অনিষ্ট-জর্নক রস সঞ্চার হয়। ঐ রসে নানা প্রকার দন্ত রোগ উৎপাদন করিয়া তুলে। কোন কারণে একটা দাঁত নষ্ট হইলে অন্যান্য দন্তের হানি করিয়া থাকে। এজন্য দাঁতের গোড়ায় একটু বেদনা হইলেই দন্ত-চিকিৎসকের দ্বারা তাহা পরীক্ষা করা অতীব আবশ্যিক। সর্বদা দন্ত পরিষ্কার পরিচ্ছিন্ন রাখাই প্রধান চিকিৎসা।

কঠিন প্রকার দাঁতন কিস্বা ব্রস্ দ্বারা দন্ত মার্জ্জন করা উচিত নহে। তদ্বারা দাঁত ও মাড়িতে বেদনা হয়। কোন কারণে দাঁতের মূল অর্থাৎ মাড়ী

বিকৃত হইলে তথায় আবশ্যকীয় রক্ত সঞ্চার হইতে পারে না। সুতরাং সহজেই দস্তের অপকার সাধন করিয়া তুলে।

দস্তমূলে বেদনা হইলে নরম দস্ত মার্জনা কিম্বা ত্রণ দ্বারা তাহা ধোত করা ভাল। স্পঞ্জ কোন কঠিন পদার্থে বাঁধিয়া তদ্বারা দস্তধাবন করিলে কোন প্রকার অনিষ্ট উৎপাদন করিতে পারে না। আর খড়ি কিম্বা অন্য কোন প্রকার চূর্ণ দ্বারা মার্জনা করিলেও উপকার হইতে পারে। দস্ত-রোগে ম্যাগনেসিয়া চূর্ণ দ্বারা মুখ ধুইলে অত্যন্ত উপকার হইয়া থাকে। দস্তপঞ্জির পশ্চাতে ময়লা (পাথরী) সঞ্চার হইলে দিনের মধ্যে দুইবার গন্ধক চূর্ণ দ্বারা মার্জনা করিলে তাহা উঠিয়া যায়।

ভাল রকম পরিপাক শক্তি ও স্বাস্থ্য অব্যাহত থাকিলে এবং উদ্ভিজ্জাদি আহার করিলে দস্ত-রোগ প্রায় হয় না। এজন্য দেখা যায়, কৃষক প্রভৃতি সুস্থ এবং উদ্ভিজ্জাহারীদিগের প্রায় দস্তরোগ হয় না। বৃদ্ধাবস্থা পর্য্যন্ত দস্ত দৃঢ় থাকে। সুস্থ ব্যক্তির দস্ত দীর্ঘকাল পর্য্যন্ত দৃঢ় এবং স্বাভাবিক বর্ণ বিশিষ্ট দেখা যায়। আর অজীর্ণাদি রোগ হইলে মুখে যে এক প্রকার দূষিত রস সঞ্চার হয়, তদ্বারা দস্ত-মূলের পীড়া উপস্থিত করে। এই জন্য অনেক তরুণ বয়স্ক যুবক দস্তের ছরৎসা ঘটয়া থাকে। অজীর্ণাদি রোগে মুখে, জিহ্বায় এবং দস্তে এক প্রকার বেদনা করিতে থাকে। সর্বদা দাঁত কনকন করে। পরিপাক-শক্তি ভাল রকম থাকিলে যদিও দাঁতের কনকনানি উপস্থিত হয় কিন্তু তদ্বারা ঐ প্রকার বেদনা ভিন্ন অন্য কোন অনিষ্ট সাধিত হয় না। সুস্থ ব্যক্তির কোন কারণে দস্তরোগ হইলে তাহা অধিক দিন থাকে না, শীঘ্রই উহা ভাল হইয়া থাকে।

দস্তের প্রজনন, বৃদ্ধি এবং হ্রাস আছে। অতএব ক্রমাগত দস্তের জীবনী শক্তি অক্ষুর থাকে, তদ্বিষয়ে মনোযোগী হওয়া উচিত। সামান্য-রূপ অস্বস্তে মর্শোপকারী দস্তের বিস্তার অনিষ্ট হইয়া থাকে। দস্ত নিরেট পদার্থ এবং পরিচালক, সুতরাং তাপ বা শৈত্য এক স্থানে লাগিলে অন্যান্য ভাগে সঞ্চারিত করিয়া দেয়। সহসা গরম হইতে ঠাণ্ডা লাগিলে অথবা ঠাণ্ডা হইতে গরম হইলে দাঁতের পীড়া হইয়া থাকে। কারণ হটাৎ একরূপ

পরিবর্তন হইলে স্নায়ু দুর্বল হইয়া দস্তুর শিথিলতা হইয়া পীড়া উপস্থিত করিয়া তুলে। অত্যাধু হৃৎ, চা প্রভৃতি গরম জিনিষ আহার করা উচিত নহে। তদ্বারা দস্ত-রোগ জন্মে, আর যদি গরম পদার্থ আহার করা যায়, তবে তৎক্ষণাৎ শীতল পানীয় প্রভৃতি ঠাণ্ডা জিনিষ আহার করা অকর্তব্য।

দস্তুর কোন স্থানে ক্ষয় প্রাপ্ত হইলে তথায় পুটিং করিয়া তাহা পূর্ণ করত সমতা রক্ষা করা কর্তব্য; নতুবা তথায় ময়লা সঞ্চিত হইয়া তাহা বৃদ্ধি করিতে পারে এবং পরিশেষে দস্ত পতিত হইবার সম্ভাবনা।

ভূমিষ্ঠ হইবার তিনমাস হইতে মাড়ির ভিতর দাঁতের স্তূপাত হয়; এই সময় হইতে সমুদায় দস্তোদগম পর্য্যন্ত মাড়ি টাটায়, মর্কদা লাল পড়িতে থাকে এবং পেটের পীড়া হয়। এই সময় যদি প্রসূতি আহারাদিতে নিয়ম করিয়া না চলেন, তবে শিশুর পেটের পীড়া, অন্ন জরভাব এবং গাময় হামের ন্যায় বাহির হয়। দস্তোদগমই যে, ঐ সকল অসুখের কারণ তাহাতে কোন সন্দেহ নাই। দস্তোদগমের সময় স্নায়ু উত্তেজিত হইয়া থাকে। ফলতঃ দস্তোদগমের সময় নানা প্রকার কষ্ট হইয়া থাকে। সুতরাং প্রসূতি ও ধাত্রীগণের এ সম্বন্ধে সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম জ্ঞাতব্য বিষয় জানা আবশ্যিক।

প্রাপ্ত বয়স্ক ব্যক্তিদিগের দাঁত বত্রিশটি। প্রত্যেক শ্রেণীতে বোশটি করিয়া শ্রেণীবদ্ধ। বয়ঃবৃদ্ধির সহিত খাদ্যের প্রয়োজন মত দস্ত উঠিয়া থাকে। সমুদায় দস্তগুলিকে চারি শ্রেণীতে বিভক্ত করা যাইতে পারে। অর্থাৎ প্রথম চারিটি কর্তন করিবার উপযোগী, তাহার পর দুইটি স্বদস্ত, তাহার পর ছয়টি চর্কনের দস্ত, কিন্তু শিশুদিগের প্রথম শ্রেণীতে কুড়িটি দাঁত উঠিয়া থাকে। আবার ঐ কুড়িটি দাঁত একবারে উঠে না, খাদ্যের প্রয়োজনানুসারে ক্রমে ক্রমে উঠিতে থাকে।

কোন কোন সময় একরূপও দেখা যায়, কোন কোন শিশু দস্ত লইয়া ভূমিষ্ঠ হইয়া থাকে, কিন্তু তাহা অতি অল্পই ঘটিয়া থাকে। শিশুদিগের মাড়িতে দাঁত উঠিবার নির্দিষ্ট এক একটা স্থান থাকে, তৃতীয় মাসে ঐ স্থান একটু উঁচু হইয়া উঠে। পরে সেই স্থান হইতে অল্পে অল্পে দাঁত উঠিয়া

থাকে। দাঁতের অগ্রভাগ অর্থাৎ ধারাল দিক মাংস ভেদ করিয়া উখিত হয়। সকল শিশুর দাঁত উঠিবার একরূপ নির্দিষ্ট সময় নাই, অর্থাৎ কাহার শীঘ্র উঠে, কাহার কিছু বিলম্বে দাঁত উঠিয়া থাকে। কাহারও কাহারও পৈত্রিক নিয়মামুসারে অর্থাৎ পিতার যে বয়সে দাঁত উঠিয়া থাকে, সন্তানেরও সেই বয়সে দস্তোদগম হয়। সচরাচর প্রায় ছয় মাস হইতে বোল মাসের মধ্যে দাঁত উঠিয়া থাকে।

দাঁত উঠিবার সময় মাড়িতে বেদনা, একটু শক্ত, ক্লিষ্ট ও ক্ষীত, এবং চক্চকে হয়, এই সময় মাড়ি স্ফুট স্ফুট করে, আর অধিক লাল পড়িতে থাকে। পরে মাড়ির উপর সাদা দাগ পড়ে অনন্তর ঐ দাগে দাঁত উঠে। দাঁত উঠিবার সময় প্রায় শিশুদিগের গেটের পীড়া, বমন এবং সামান্য জ্বর বোধ হইয়া থাকে। কোন কোন শিশু অত্যন্ত খিটখিটে হইয়া উঠে। সর্বদা মুখের ভিতর হস্ত প্রবেশ করাটো চেষ্টা করে; এই সময় মাড়ির উপর আঙ্গুল কিম্বা নখ দিয়া খুঁটিলে আরাম বোধ করিতে থাকে। কোন কোন শিশুর এই সময় ওষ্ঠ ফাটিতেও দেখা যায়। কণ্ঠ শিশুদিগের প্রথম হইতে জ্বর হয়, নিদ্রা ভাল হয় না, চমকিয়া উঠে, দৃষ্টি বিকৃত হয়, নিখাস ঘন ঘন পড়িতে থাকে, কখন কখন অজ্ঞান হয় এবং অস্বাভাবিক নিদ্রা হইতে দেখা যায়। শিশুদিগের এইরূপ লক্ষণ দেখা গেলে শীঘ্র তাহাদিগের মস্তিষ্ক শীতল করিবার ব্যবস্থা না করিলে মৃত্যু হইবার সম্ভব। এই সময় নুহু বিরেচক ঔষধ দেওয়া উচিত। হাতের দাঁতের কিম্বা কাঠের চুবি অর্থাৎ চোবনকাটি অথবা বাদী পাঁউরুটির ছিলকা মাড়িতে অল্প ঘসিলে অথবা ফুসফুস ও মস্তিষ্কের ক্রিয়া হইলে উপশম হইয়া থাকে। গরম জলে স্নান করাইয়া ঘর্ম উৎপাদন করাইতে হইবে। এই সকল অনুষ্ঠান করিলে রক্তের চলাচল সহজ হইবে এবং বিপদ বা মৃত্যুর আশঙ্কা থাকিবে না।

দাঁত উঠিবার সময় শিশু অত্যন্ত আক্রান্ত হইলে সূচিকিংসক দ্বারা চিকিৎসা করান যে, আবশ্যিক, তাহা সকলেই বুঝিতে পারেন। শিশুর দাঁত উঠিতে কষ্ট হইলে অবিলম্বে মাড়ি চিরিয়া দেওয়া কর্তব্য। অনেক

জমক জননী চিরিবার কথা শুনিয়াই মহাভীত হইয়া থাকেন, কিন্তু একরূপ ভয়ে অপকার ভিন্ন উপকারের কোন আশা নাই। রোদনপরায়ণ শিশুর সহসা হাস্য বদন দেখিতে হইলে সৰ্ব্বাগ্রেই মাড়ি চিরিয়া দেওয়া উচিত। প্রকৃতির নিয়মামুসারে যদিও আপনা হইতে দাঁত উঠিয়া থাকে, কিন্তু উহা উঠিতে বিলম্ব হইলে নানা প্রকার বিপদ হইবার সম্ভব। বিশেষতঃ পেটের পীড়ায় গিণ্ড অত্যন্ত কষ্ট পাইয়া থাকে। কখন কখন মাথায় জল উঠে, এবং অজ্ঞানতা ও খুচুনি হইতেও দেখা যায়। যখন দেখা যাইবে দাঁত মাড়ির ভিতর হইতে ঠেগিয়া বাহির হইতে পারিতেছে না, তখন আর বিলম্ব না করিয়া তৎক্ষণাৎ মাড়ি চিরিয়া দস্তোঙ্গমের পথ পরিষ্কার করিয়া দেওয়া আবশ্যিক। মাড়ি লম্বালম্বীভাবে চিরিয়া দিতে হয়। এবং তাহা যেন আধ ইঞ্চির অধিক লম্বা না হয়। পরে ঢেরা কাটার ন্যায় তাহা আবার চিরিতে হইবে। এইরূপ নিয়মে চিরিয়া দিলে চারিদিকের মাংস সঙ্কুচিত হইয়া দাঁত উঠিবার পথ প্রশস্ত করিয়া দেয়। একটীমাত্র চিরাতে দাঁত বাহির হইতে বিলম্ব হইতে পারে এবং শীঘ্র চিরা মুখ জোড়া লাগিবারও সম্ভব, সুতরাং পুনর্বার চিরিবার প্রয়োজন হইয়া উঠে, কিন্তু ঢেরা কাটার ন্যায় চিরিয়া দিলে ঐ প্রকার আশঙ্কা থাকে না।

মাড়ি চিরিয়া দিলেই শিশুরা অত্যন্ত আরাম বোধ করিয়া থাকে। এজন্য প্রায় দেখা যায় চিরিয়া দেওয়ার পরই তাহার নিদ্রিত হইয়া থাকে। এবং নিদ্রা হইতে জাগরিত হইলে অশ্রুস্রবের কোন চিহ্ন দেখা যায় না।

দস্তোঙ্গমের সময় যদিও শিশুদিগের নানা প্রকার পীড়া হইবার সম্ভব, কিন্তু সুপথ্য, পরিষ্কৃত পরিচ্ছিন্ন শয্যা ও বস্ত্র এবং নির্মল বায়ু সেবনের ব্যবস্থা করা আবশ্যিক। লিখিত নিয়মে প্রতিপালন করিয়া যদি তাহা-দিগকে প্রফুল্ল রাখা যায়, তবে যদিও দস্তোঙ্গমজনিত সমুদায় অশ্রুথের নিবারণ না হউক কিন্তু অনেক পরিমাণে হ্রাস হইয়া থাকে।

যখন দেখা যাইবে, শিশুদিগের পেট ও মস্তিষ্ক আক্রান্ত হইয়াছে, মাড়ি ফুগিয়া উঠিয়াছে, অধিক পরিমাণে লাল্যা নির্গত হইতেছে, মুখ

লাল হইয়াছে, সূর্য্যদা খিট্‌খিটে ভাব দেখা বাইতেছে এবং অর প্রকাশ হইতেছে, তখন খাদ্যের পরিমাণ এবং তদ্বিষয় বিশেষ দৃষ্টি রাখিতে হইবে। অর ও পেটের পীড়ায় ঔষধ দিতে এবং মাড়ি চিরিবার পক্ষে আদৌ বিলম্ব করা উচিত নহে।

দস্তোদগম ও তাহার রক্ষা সম্বন্ধে যে সকল নিয়ম লিখিত হইল, প্রত্যেক গৃহস্থকেই তৎসম্বন্ধে বিশেষ দৃষ্টি রাখা যে, এতটী ঔক্সতর কর্তব্য, তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই।

পরিচ্ছদ ।

পরিচ্ছদ কেবলমাত্র যে, শরীরের শোভা সম্পাদন করিয়া থাকে, এরূপ নহে। পরিচ্ছদের উপর শারীরিক স্বাস্থ্য অনেকটা নির্ভর করিয়া থাকে। এজন্য স্বাস্থ্য রক্ষার নিয়মের মধ্যে পরিচ্ছদের ব্যবহার সম্বন্ধ স্থূল স্থূল বৃত্তান্ত জ্ঞাত হওয়া প্রত্যেক গৃহস্থগণের একটী ঔক্সতর কর্তব্য মধ্যে পরিগণিত।

প্রায় দেখিতে পাওয়া যায় দেশের প্রকৃতি ভেদে মনুষ্যদিগের পরিচ্ছদ ব্যবহৃত হইয়া থাকে। পশু পক্ষী আদি প্রাণিবর্গের ন্যায় মনুষ্যগণ শরীর রক্ষাপযোগী পরিচ্ছদ লইয়া কল্প গ্রহণ করে না। যে দেশে যে সকল প্রাণির আদিম বাসস্থান তাহার সেই দেশের প্রকৃতি অনুসারে শরীরে লোম কিম্বা পালক লইয়া জন্ম গ্রহণ করে। এজন্য দেখা যায়, গ্রীষ্ম দেশ অপেক্ষা শীত প্রধান দেশের প্রাণিদিগের দেহে লোমের ভাগ অধিক। অগদীশ্বর মনুষ্যদিগের জন্য সে প্রকার স্বভাবজাত পরিচ্ছদ প্রদান করেন নাই। মনুষ্যগণ জল, বায়ু এবং দেশের প্রকৃতি অনুসারে স্ব স্ব পরিচ্ছদ প্রস্তুত করিয়া লইয়া থাকে।

পরিচ্ছদ সম্বন্ধে আমাদের কয়েকটা বিষয়ে দৃষ্টি রাখিতে হয়; অর্থাৎ উহা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন হওয়া আবশ্যিক। শৈত্য ও উষ্ণতা হইতে দেহের স্বাস্থ্য বাহাতে অব্যাত থাকে, তাহাতে মনোযোগ দিতে হয়। সুস্থ ব্যক্তির খাদ্য হইতে রোগীর খাদ্যাদি সম্বন্ধে যেমন প্রভেদ লক্ষিত হইয়া

থাকে। পরিচ্ছদ সঙ্ক্বেও গৃহকৰ্ম প্রভেদ বিদ্যমান আছে। আজি কালি আমাদের সামাজিক নিয়মের পরিবর্তনান্তরারে পরিচ্ছদ বিষয়েও বিস্তর পরিবর্তন ঘটনা উঠিয়াছে, অতএব এ সময় এ সঙ্ক্বে বিশেষরূপে আগোচনা করা নিতান্ত অপ্রাসঙ্গিক বিবেচনা করা উচিত নহে।

লোকে একটা চলিত কথা বলিয়া থাকে “আপ কুচি খানা আর পর কুচি পেঁপা।” এট মোটা কথার ভিতরও অনেকটা সার কথা আছে। অর্থাৎ যে সমাজে থাকা যায়, সেই সমাজের সাধারণ মানব-মণ্ডলীর কুচির উপর অনেকটা পরিচ্ছদ মনোনীত করিবার ভার ন্যস্ত দেখা যায়। পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, দেশের প্রকৃতি ভেদে পরিচ্ছদেরও ব্যবহার বিভিন্ন প্রকার পরিবর্তন ঘটিয়াছে। সুতরাং প্রত্যেক ব্যক্তি যদি সাধারণ কুচি উপেক্ষা করিয়া স্বাধীনভাবে ইচ্ছামত পরিচ্ছদ ব্যবহার করে, তাহা হইলে স্বাস্থ্য রক্ষা ভিন্ন, গৃহকাৰ্য্য সঙ্ক্বেও নানা প্রকার বিশৃঙ্খলা ঘটনা থাকে। মনে কর আমাদের দেশ রমণীগণের উপর অনেক প্রকার গৃহ কাৰ্য্য ন্যস্ত আছে এবং আমাদের সমাজে উপবেশন, গৃহ-কাৰ্য্য সাধন প্রভৃতি যেরূপ নিয়মে সাধিত হইয়া থাকে, তাহাতে যদি এতদ্দেশীয় রমণীগণ ইউরোপীয় মহিলাদিগের ন্যায় সৰ্ব্বদা গাউন পরিধান করিতে থাকেন, তবে ঐ সকল বিষয়েরও বিস্তর পরিবর্তন করিতে হয়। যে দেশের অধিবাসীদিগের যেরূপ খাদ্য প্রকৃতি সিদ্ধ তাহা পরিবর্তন করলে যেমন স্বাস্থ্যের মূলে আঘাত লাগিয়া থাকে, সেইরূপ পরিচ্ছদ বিষয়েও পরিবর্তন ঘটাইলে স্বাস্থ্যের মূলে কুঠারাঘাত করা হয় তাহা সহজেই বুঝিতে পারা যায়। মনে কর আমরা যদি সৰ্ব্বদা ইংরাজদিগের ন্যায় গরম পরিচ্ছদ ব্যবহার করিতে আরম্ভ করি, তাহা হইলে শীতকালে এক প্রকার কষ্টের হাত হইতে পরিজ্ঞান লাভ করিতে সমর্থ হই, কিন্তু গ্রীষ্মকালে ঐরূপ বস্ত্র ব্যবহার করিলে পরস্পর সঙ্ক্বে অনিষ্টের কথা ত্যাগ করিলেও প্রত্যক্ষ তাহার কষ্টের বিষয় কেনা স্বীকার করিবেন? দারুণ গ্রীষ্মের উত্তাপে সৰ্ব্ব শরীর ঘৰ্ম্মাক্ত, এমন কি অতি সূক্ষ্ম কাপাস বস্ত্র ব্যবহার করিলেও কষ্ট বোধ হইয়া থাকে, প্রাণ আই চাই করিতে থাকে, সে সময় ফ্লানেল, বনাত,

এবং কাশ্মীরি প্রভৃতি বস্ত্র পরিধান করিলে যে প্রকার যাতনা উপস্থিত হইয়া থাকে, তাহা কাহার অবিদিত আছে। অতএব আধুনিক সভ্যতার খ্যাতিরে যাহারা ঐরূপ পরিচ্ছদ ব্যবহার করিয়া থাকেন, তাঁহাদিগের কষ্টের কথা মনে হইলে আমাদেরও অন্তঃকরণে ক্লেশ হইয়া থাকে।

আমাদের দেশের যেরূপ জল, বায়ু এবং উত্তাপ তাহাতে কার্পাস বস্ত্র নির্মিত বস্ত্রই আমাদের স্বাস্থ্যের প্রধান উপযোগী। তবে শীতকালে এবং ক্রম অবস্থায় যে, ঐ প্রকার পরিচ্ছদ পরিবর্তন করা আবশ্যিক তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই।

এদেশে এক প্রকার প্রকৃতির পরিচ্ছদ কখনই ব্যবহার হইতে পারে না। ঋতু পরিবর্তনের সহিত আমাদেরও পরিচ্ছদ পরিবর্তিত হইয়া থাকে। এদেশে সাধারণত গ্রীষ্ম ও শীতকালের উপযোগী বস্ত্র ব্যবহার করিলেই চলিতে পারে। শীতকালে গরম বস্ত্র ব্যবহার না করিলে শরীরের তাপ রক্ষা হয় না; পশমী কাপড় অপরিচালক অর্থাৎ উহা ব্যবহার করিলে দেহের স্বাভাবিক তাপ দেহেই রক্ষিত হইয়া থাকে এবং বাহিরের উত্তাপ লক্ষিত হইয়া দেহ গরম রাখিয়া থাকে। শীত ঋতুর আরম্ভ হইতে গরম কাপড় ব্যবহার করিতে আরম্ভ করা যেমন আবশ্যিক, সেইরূপ শীতাবসানে আবার উহা সহসা পরিত্যাগ করাও উচিত নহে। কারণ শীতের কয়েক মাস গরম বস্ত্র ব্যবহার করাতে চর্ম্ম এরূপ অকর্ম্মণ্য হইয়া পড়ে যে, হঠাৎ হিম লাগিলে সর্দি, কাশি প্রভৃতি পীড়া হইয়া থাকে। এজন্য শীতাবসানে ক্রমে ক্রমে গরম কাপড় পরিত্যাগ করিতে হয়। হিমপ্রধান দেশের ন্যায় এদেশে তত গরম বস্ত্র ব্যবহার না করিলেও তত অনিষ্ট আশঙ্কা থাকে না। বিশেষতঃ শ্রমজীবী লোকদিগের পক্ষে গরম কাপড় ব্যবহার না করিলে কোন প্রকার অপকার হইতে দেখা যায় না। এজন্য বোধ হয় সকলেই দেখিয়া থাকিবেন ভদ্র লোকদিগের ন্যায় এতদদেশীয় কৃষক প্রভৃতি শ্রমজীবীগণ কোন প্রকার গরম কাপড় ব্যবহার করেনা অথচ তাহাদিগের সর্দি প্রভৃতি কোন প্রকার অন্ত্র হয় না। তাহার কারণ তাহারা শৈশবকাল হইতেই অনারুত গায়ে থাকিতে অভ্যাস

করিয়া থাকে, সেই জন্য তাহাদিগের গাত্রস্থ চর্মে হিম ও উত্তাপ সহনীয় শক্তি বৃদ্ধি পায়, সুতরাং উল্লঙ্গ গাত্র-জনিত কোন প্রকার অপকার উপস্থিত হয় না।

শিশুদিগকে বাল্যকাল হইতে মোজা এবং গরম কাপড় ব্যবহার অভ্যাস করাইতে দেওয়া অত্যন্ত অনিষ্টকারী। কারণ পূর্বেই বলা হইয়াছে, সর্বদা ঐ সকল পরিচ্ছদ ব্যবহার করিলে চর্ম এরূপ অকর্মণ্য হইয়া পড়ে যে, অল্পমাত্র শাতল বায়ু লাগিলেই পীড়া উপস্থিত করিয়া থাকে। শীত-কালে গরম মোজা ও বস্ত্রাদি ব্যবহার করাইলে শীত শেষ হইবার সময়ে খুলিয়া প্রত্যবে এবং সন্ধ্যাকালে ব্যবহার করিতে দিতে হয়। এইরূপ নিয়মে দুই এক সপ্তাহ করিয়া পরিশেষে উল্লঙ্গ গাত্রে রাখিলে কোন অপকার ঘটিতে পারে না।

এদেশ বেক্রপ উষ্ণ তাহাতে গ্রীষ্মকালে কোন প্রকার পশমী কাপড় ব্যবহার করা উচিত নহে। সর্বদা পশমী কাপড় ব্যবহার করিলে চর্মে শৈত্য এবং উত্তাপ সহনীয় শক্তি ক্রমে ক্রমে হ্রাস হইয়া আইসে, তন্নিম্ন আর একটা মহা অপকার ঘটিয়া থাকে, অর্থাৎ গ্রীষ্মকালে অসহ্য গ্রীষ্মে একেই সর্বদা ঘর্ম্ম নির্গত হইয়া থাকে, তাহার উপর আবার গরম কাপড় ব্যবহার করিলে অতিরিক্ত ঘর্ম্ম নির্গত হইয়া শরীর অত্যন্ত দুর্বল করিয়া তুলে। অতিরিক্ত ভেদ ও বমি হইলে যেমন শরীর দুর্বল হইয়া থাকে, প্রয়োজনের অধিক ঘর্ম্ম নির্গমও যে, সেইরূপ দুর্বলতার একটা কারণ তাহা যেন প্রত্যেক ব্যক্তির মনে থাকে।

সুস্থ শরীরে ফ্লানেল কাপড় আদৌ ব্যবহার করা উচিত নহে। তবে যদি অত্যন্ত শীত কিম্বা বর্ষার সজল বায়ু নিবারণ জন্য উহা ব্যবহার করিতে হয়, তবে প্রথমে একটা সূতার কাপড় পরিয়া তাহার উপর ব্যবহার করা বুদ্ধিসিদ্ধ। অত্যন্ত সর্দি, বাত এবং বম্বা প্রভৃতি রোগে ফ্লানের অত্যন্ত উপকারী। রোগীর পক্ষে উপকারী বলিয়া সুস্থ ব্যক্তির তাহা ব্যবহার করা সম্পূর্ণ অন্যায্য। মনে কর অরাক্রান্ত ব্যক্তির পক্ষে কুইনাইন বিশেষ প্রয়োজন, কিন্তু সুস্থ ব্যক্তিকে যদি কুইনাইন সেবন করান যায়, তবে অপকার

ভিন্ন কখনই উপকারের প্রত্যাশা করা বাইতে পারে না। জাহার ও পরিচ্ছন্ন স্বাস্থ্য এবং রোগীর পক্ষে একরূপ নিয়মে চলিতে পারে না।

পশমী প্রভৃতি গরম কাপড় ব্যবহার করার মুখ্য উদ্দেশ্য শারীরিক তাপ রক্ষা করা। কিন্তু পৃথিবীর সকল দেশের লোকের পক্ষে সমান নিয়মে উষ্ণতা রক্ষা করিবার ব্যবস্থা করিলে অশুভ ভিন্ন কখনই শুভ ফল ফলে না। সুরাপানে শোণিত উষ্ণ হইয়া থাকে, এজন্য হিমপ্রধান দেশের অধিবাসি-
দিগের উহা যেমন সহ্য হইয়া থাকে, উষ্ণ দেশবাসীগণ উহা পান করিলে উপকার হওয়া দূরে থাকুক, প্রত্যুতঃ প্রভূত অপকার ঘটয়া থাকে। সেইরূপ হিম প্রধান দেশের লোকে যে সকল পশমী প্রভৃতি গরম কাপড় দেহের উষ্ণতা সম্পাদন জন্য ব্যবহার করিয়া থাকে, এতদেশীয় লোকে সেইরূপ ব্যবহার করিলে নিশ্চয়ই নানা প্রকার অপকার সাধিত হইয়া থাকে। সর্বদা গরম কাপড় ব্যবহার আমাদের দেশের পক্ষে যে, মহানিষ্টকারী তাহা সকলেরই মনে রাখা উচিত। বস্ত্র ব্যবহারের মধ্যে যে, এত অনিষ্টের বীজ নিহিত আছে, তাহা অনেকেই লক্ষ্য না করিয়া শরীরের শোভা বর্ধন জন্য দেহপাত করিয়া থাকেন। ইহা যে যার-পর-নাই আক্ষেপের বিষয় তাহা কেমা স্বীকার করিবেন ?

পরিচ্ছদ ব্যবহারে কেবলমাত্র শোভার প্রতি দৃষ্টি রাখা যুক্তিসঙ্গত নহে। পরিচ্ছদ দ্বারা ত্রিবিধ কার্য সাধিত হইয়া থাকে, ইহাই মনে রাখা আবশ্যিক। লজ্জা নিবারণ, স্বাস্থ্য রক্ষার সহায়তা এবং শোভাবর্ধন। অতএব পরিচ্ছদ সম্বন্ধে এই ত্রিবিধ উদ্দেশ্যের প্রতি লক্ষ্য না রাখিয়া ব্যবহার করিলে পরিচ্ছদ ধারণের উদ্দেশ্য বিফল হইয়া থাকে। আমাদের স্নেহপূর্ণ গরম দেশ তাহাতে শীতকাল ভিন্ন অশুভ ঋতুতে প্রায় সকলে অনাবৃত গায়ে থাকিতে ভালবাসেন। তদ্বারা বাহিরের শীতল বাতাস লাগিয়া শরীরের তাপ হ্রাস করিয়া থাকে। নিদারুণ গ্রীষ্মে শরীরে তাপের পরিমাণ কিছু অল্প হইলে শরীর স্বস্থ বোধ হইয়া থাকে। পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে লজ্জা নিবারণের পক্ষেও পরিচ্ছদ একটা প্রয়োজনীয় পদার্থ, অতএব তাহাতে তাজিল্য প্রকাশ করা কখনই সভ্যতার অঙ্গমোদনীয় নহে।

এতদেশীয় রসস্বীপণ ধেরূপ পরিচ্ছদ ব্যবহার করিয়া থাকেন, তাহা যার-পর-নাই লজ্জাকর। বিশেষতঃ যে সকল মহিলারা সৌর্য স্নান ব্যবহার করিয়া থাকেন, তাঁহাদিগের তো কথাই নাই। অতএব আমাদের স্বীকৃতি-দিগের পরিচ্ছদ সম্বন্ধে কতক পরিমাণে পরিবর্তন যে, প্রয়োজনীয় তাহা বুদ্ধিমান ব্যক্তিমাতেই স্বীকার করিবেন।

যে কোন প্রকার পরিচ্ছদই হউক না কেন, তাহার পরিষ্কার সম্বন্ধে বিশেষরূপ দৃষ্টি রাখা বিধেয়। অপরিষ্কৃত পরিচ্ছদ যে রোগের আশ্রয় তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন। আমাদের শরীরে অর্থাৎ চর্মের উপর অনানুসঙ্গিক লক্ষ লোম-কূপ আছে। ঐ সকল লোম-কূপ দ্বারা শরীরস্থ দূষিত পদার্থ নির্গত এবং বাহিরের নির্মল বায়ু প্রবিষ্ট হইয়া রক্ত বিশোধিত প্রভৃতি শারীরিক কার্য্য সংসাধিত হইয়া থাকে। মলিন পরিচ্ছদ ব্যবহার করিলে সেই ময়লায় ঐ সকল লোম-কূপ বদ্ধ হইয়া থাকে। লোম-কূপ বদ্ধ হইলে উক্ত উভয়বিধ উদ্দেশ্য সাধন পক্ষে ব্যাঘাত জন্মাইয়া তুলে, অতঃপর তাহারা নানা প্রকার রোগ জন্মিয়া থাকে। এজন্য পরিচ্ছদমাতেই পরিষ্কার রাখা আবশ্যক। পরিষ্কৃত পরিচ্ছদ ব্যবহার করিলে মনের প্রকৃষ্টতা উপস্থিত হইয়া থাকে, সুস্থ ব্যক্তি অপেক্ষা রোগীদিগের পরিচ্ছদ পরিষ্কার রাখিতে বিশেষরূপ দৃষ্টি রাখিতে হয়। স্বাস্থ্য রক্ষার নিয়ম লঙ্ঘন যখন সুস্থ ব্যক্তির পক্ষে অপকারক তখন অসুস্থ ব্যক্তির পক্ষে যে, আরও অনিষ্টজনক তাহা কেনা বুঝিতে পারেন। হাম, বসন্ত, খোস প্রভৃতি রোগাক্রান্ত ব্যক্তি-দিগের পরিচ্ছদ দিনের মধ্যে অন্ততঃ তিন চারিবার উত্তমরূপে ধৌত করিয়া দেওয়া আবশ্যক। ঐ সকল পরিচ্ছদ রক্তকালসে প্রেরণ করিলে সেই সংক্রমে অস্তিত্ব বৃদ্ধিদিগের বস্ত্রে ঐ সকল রোগের বীজ সঞ্চারিত হইয়া রোগ বিস্তার হইবার সম্ভব। এজন্য তিন চারি ঘণ্টা পরয় জলে ঐ সকল পরিচ্ছদ সিদ্ধ করিয়া সাবান, সোডা কিম্বা অন্ত কোন প্রকার ক্রান্ত দ্বারা ধৌত করিয়া লইলে কোন প্রকার অনিষ্ট আশঙ্কা থাকে না। ওলাউরা রোগীর মলমূত্রাদি ময়লাযুক্ত পরিচ্ছদ এবং শয্যা লিখিত মিয়মে সিদ্ধ না করিয়া যে পুষ্করিণী প্রভৃতি জলাশয়ের জল সাধারণে পান করিয়া থাকে,

ভাষাতে ঘোঁত করিলে ওলাউঠার বীজ যে, সেই সকল জনগণের সঞ্চিত হয়; তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে থাকে। কখন কখন এরূপও ঘটিয়াছে, ঐকুপ মলমূত্রাদি ঘোঁত করার জন্য এক একটা পল্লীতে বিষম রোগ সঞ্চারিত হইয়া ভয়ানক অপকার সাধিত হইয়াছে। এজন্য উহাতে ত্যাগীয়া করা উচিত নহে।

আর্জ বস্ত্রাদি ব্যবহার করিলেও বিস্তর অপকার হইয়া থাকে। এজন্য অধিককণ আর্জ অর্থাৎ ভিজা কাপড় ব্যবহার করা অহিতকর। পরিচ্ছদ ও শয্যা মধ্যে মধ্যে রৌদ্রে দেওয়া ভাল। বর্ষাকালে রৌদ্র না থাকিলে সূর্য্যরূপ বায়ু সঞ্চারিত স্থানে শয্যাাদি বিছাইয়া দেওয়াও মন্দ নহে।

যাহাদিগের ছুঁয়াতে রোগ আছে, সেই সকল লোকের ব্যবহৃত পরিচ্ছদ কিম্বা শয্যা অন্য ব্যক্তির ব্যবহার করা কর্তব্য নহে। অনেক স্থলে পরিচ্ছদ ব্যবহারের দোষেও অনেক প্রকার রোগ বিস্তারিত হইতে দেখা যায়। এজন্য এ বিষয়ে সতর্ক থাকা উচিত।

অনেকে কোটিদেশ অর্থাৎ কোমর সরু করিবার জন্য অত্যন্ত কসিয়া বস্ত্র ব্যবহার করিয়া থাকেন। ইহাতে কখন কখন কোটিদেশে ক্ষত এবং দাড় অর্থাৎ দাদ প্রভৃতি রোগ জন্মিয়া থাকে।

পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, প্রাণিদিগের গাজজ লোম ও কেশ অনেক স্থলে পরিচ্ছদের কার্য্য করিয়া থাকে। এজন্য গ্রীষ্মপ্রধান দেশের পশু পক্ষ্যাদি অপেক্ষা শীতপ্রধান দেশের প্রাণিগণের গাজে লোমাদি অতি বিরল দেখিতে পাওয়া যায়। মহুযাদিগের কেশ দেহের স্বাস্থ্য রক্ষা স্বল্পে একটা প্রধান পরিচ্ছদের কার্য্য করিয়া থাকে। আমাদের মতকে কেশ থাকাতে টুপি কিম্বা পাগড়ি পরিবার তত প্রয়োজন হয় না। সূর্য্যের উত্তাপ হইতে মস্তক রক্ষা স্বল্পে কেশ একটা প্রধান সহায়। আমাদের দেশ অপেক্ষা আফ্রিকার সূর্য্যের উত্তাপ অধিক, এজন্য আফ্রিকার লোকের মস্তকের চুল অত্যন্ত ঘন এবং কুঞ্চিত। সর্বদা মস্তক আবৃত রাখিলে মাথা গরম হইয়া কেশ-হীনতা অর্থাৎ টাক পড়িয়া থাকে। কেশের ভাৱ অংশ, পোঁপ প্রভৃতি দ্বারাও অনেকগুলি কার্য্য সাধিত হয়। অংশ অর্থাৎ দাড়ী রাখিলে

পদাশেপ ও বন্ধননের তাপ রক্ষিত হইয়া থাকে। গোঁপ দ্বারা বায়ুর সহিত ধূলি প্রভৃতি কোন দূষিত পদার্থ নাগারকে প্রবেশ করিতে পারে না। চকুর উপরে অর্থাৎ পাতার যে স্থান স্থান লোম থাকে তাহারা চকুর বিস্তার উপকার হয়। পুরুষের শ্রায় রমণীগণের যদিও গোঁপ দাড়ী থাকে না সত্য বটে, কিন্তু ঈশ্বরের কেমন আশ্চর্য্য কৌশল পুরুষ অপেক্ষা স্ত্রীলোকদিগের বকের উপর মেদের ভাগ অধিক, তাহারা দাড়ীর কার্য সাধিত হইয়া থাকে। রমণীগণের যেকোন শারীরিক গঠন তাহারা পুরুষের শ্রায় শ্রমজনক কার্য করিতে সর্বদা বাহিরে বেড়াইতে হয় না, সর্বদা প্রায় গৃহ মধ্যে অবস্থিত করিতে হয়, সুতরাং গোঁপ না থাকায় কোন হানি ঘটে না।

জুতা ও খড়ম পরিচ্ছদ মধ্যে গণ্য করা যাইতে পারে। বাহারা ঐ সকল ব্যবহার না করে; তাহাদিগের পদতলের চর্ম কঠিন; একান্ত হিম কিম্বা সূঁচাতা স্থানে ভ্রমণ করিলে ততটা অপকার ঘটে না, কিন্তু বাহারা সর্বদা জুতা ও খড়ম ব্যবহার করিয়া থাকে, তাহারা খালি পায়ে বেড়াইলে সর্দি প্রভৃতি পীড়া হইতে দেখা যায়। এহলে ইহা যেন সকলের মনে থাকে, আর্জ বস্ত্রের শ্রায় ভিজা জুতার ব্যবহারও পীড়াজনক। কতিদেশ আঁটিয়া বস্ত্র ব্যবহার করায় যেমন পীড়াদায়ক, সেইরূপ কসা জুতা ব্যবহার করিলে অন্থ হইয়া থাকে। যে জুতার অঙ্গুলিগুলি উত্তমরূপে বিস্তারিত থাকিতে পারে, তাহা ব্যবহার করাই সুপারামর্শ।



দুগ্ধ ।

শরীর বৃদ্ধি ও শরীর রক্ষার নিমিত্ত যাহা কিছু আবশ্যক, বিত্তক দুগ্ধেই সমস্তই আছে। বিশেষতঃ শিশুর পক্ষে দুগ্ধ আপনাপনিই পরিপাক হইয়া যায়; কোন শক্তিরই প্রয়োজন করে না। মাতার রোগীর পক্ষে অত্যন্ত আহার অপেক্ষা বিত্তক দুগ্ধ বিশেষ উপযোগী। পুরাতন অজীর্ণ রোগেও দুগ্ধ বিশেষ উপকার করে। পূর্ণ বয়স্ক সুস্থ ব্যক্তির পক্ষে দুগ্ধ কিছু উপ-

বোগী খাওয় নহে। সাহায্যের দেরি এখনও সম্পূর্ণ ক্ষণে বৃদ্ধি পায় নাই, হৃৎকোষের পক্ষেই বিশেষ উপযোগী। হৃৎকোষ যে সকল পদার্থ আছে, জন্মভেদে তাহায্যের পরিমাণ ও গুণের ন্যূনাধিক্য হইয়া থাকে। অবস্থা বিশেষেও এক জন্মের হৃৎকোষে ভিন্ন ভিন্ন পুণ প্রাপ্ত হয়।

নারীর হৃৎকোষ লইয়াই অত্যন্ত হৃৎকোষ গুণাগুণ বিবেচনা করিতে হইবে। অত্যন্ত জন্ম অপেক্ষা গাভীর হৃৎকোষ নারীর হৃৎকোষ প্রায় সমান। এই জন্মই ইহা সাধারণতঃ অধিক পরিমাণে ব্যবহৃত হইয়া থাকে। কিন্তু যখন গাভীর হৃৎকোষ নারীর হৃৎকোষের পরিবর্তে ব্যবহার করিতে হয়, তখন ইহাতে অধিক পরিমাণে জল ও কিঞ্চিৎ শর্করা মিশ্রিত করা কর্তব্য। হৃৎকোষ গাভীর হৃৎকোষ অপেক্ষা গুরুপাক। মেঘের হৃৎকোষ তদপেক্ষাও অধিক গুরুপাক থাকে। গর্ভভী বা অধিনীর হৃৎকোষ সর্বাধিক লঘুপাক, কিন্তু সকলের অপেক্ষা অধিক স্নিগ্ধ। অধিনীর হৃৎকোষ মাতাইয়া এক প্রকার সুরা প্রস্তুত করা হইয়া থাকে। উহা ক্ষয়রোগ, পুরাতন কাশ ও আমাশয় রোগে বিশেষ উপকারক। গাভীর হৃৎকোষ গুণ অবস্থাদিভেদে বিলক্ষণ বিভিন্ন হইয়া থাকে। এসবের পর ভিন্ন ভিন্ন স্তম্ভে গাভীর হৃৎকোষ অব্যবহার্য। ইহা বিরোচক ঔষধের জ্ঞান কার্য করে।

বৃদ্ধ গাভী অপেক্ষা অল্পবয়স্ক গাভীর হৃৎকোষ উৎকৃষ্ট। শিশুর পক্ষে, শিশুর বয়স অপেক্ষা গাভীর বয়সের বয়স অল্প হইলেই ভাল হয়। অর্থাৎ যে গাভী দুই মাস প্রসব হইয়াছে, তাহার হৃৎকোষ চারি মাসের শিশুর পক্ষে বিশেষ উপকারী। প্রথম দোহন করা হৃৎকোষ অপেক্ষা শেষের দোহন করা হৃৎকোষের মাটা অধিক। প্রাতঃকালের হৃৎকোষ অপেক্ষা অপরাহ্নের হৃৎকোষ অধিক নবীনত পাওয়া যায়। আহার ভেদেও গাভী হৃৎকোষের বিলক্ষণ তারতম্য হইয়া থাকে। অল্প আহারে হৃৎকোষ গুণ একবারে হ্রাস করিয়া ফেলে, পলাত, লম্বন প্রভৃতি উগ্র উদ্ভিদে হৃৎকোষ দুর্বল করে; বিবাক্ত উদ্ভিদ আহারে হৃৎকোষ হানিজনক হয়; উৎকৃষ্ট হৃৎকোষ পাইতে হইলে গাভীকে সন্তোষ দাসপূর্ণ গোষ্ঠে চারণ করাই কর্তব্য।

ননি বা মাটার পরিমাণ দেখিয়াই হৃৎকোষ গুণাগুণ জানিতে পারা যায়।

হৃৎউত্তম হইলে, তাহাতে অধিক সর, আর নিকট হইলে অল্পমান সর পড়িয়া থাকে। যে পান্ড উত্তমরূপে মার্জিত হয় নাই, তাহাতে হৃৎ রাখিলেই ভাঙ্গা নষ্ট হইয়া যায়; নষ্ট হৃৎ থাকিতে অগ্নি বোধ হয়। এই হৃৎ থাকিলে অগ্নিশূল, আশাশয় ও হৃৎ কতরোগ জন্মে।

হৃৎ পুষ্টিকর বটে; কিন্তু সকলের সহ হয় না; তিন অংশের এক অংশ চূণের জল মিশাইয়া পান করিলে, হৃৎ অগ্নি বা অজীর্ণতা জন্মাইতে পারে না; বয়ঃ নিয়ম মত পান করিলে ঐ সকল রোগের শান্তি হয়। বাঁহার হৃৎ জীর্ণ হয় না, তিনি কোনরূপ অগ্নির মিশাইয়া ব্যবহার করিতে পারেন। অনেকে বলিয়া থাকেন যে, লবণ সহিত হৃৎ পান করা অকর্তব্য; কিন্তু সে কথা বড় সঙ্গত নহে; কারণ হৃৎ গলাধঃকরণ হইয়াই জমিয়া যায়।

আহারের পূর্বে বা কোন খাদ্যের সঙ্গে হৃৎ পান করা কর্তব্য নহে। কারণ আহারের পূর্বে হৃৎ পান করিলে, ক্ষুধা মন্দ হয়; আর যাহা চিকাইয়া থাকিতে হয়, তাহা হৃৎের সহিত পান করিলে সহজে জীর্ণ হয় না। আহারের পর এবং শয়নের পূর্বেই হৃৎ পান করা কর্তব্য। অর, আশাশয় ও অত্যন্ত নাড়ীপ্রবাহ রোগে হৃৎ উষ্ণ জলের সহিত মিশ্রিত করিয়া পান করিলে বিশেষ উপকার দর্শে।

হৃৎের দোষনাশ করিবার জন্ত অনেকে হৃৎ জাল দিয়া পান করিয়া থাকেন। কিন্তু যেখানে হৃৎ স্তনহৃৎের পরিবর্তে ব্যবহার করিতে হইবে, সে স্থলে কদাচ তাহা জাল দিবে না; উহাতে কুসুম কুসুম উষ্ণ জল মিশাইয়া লইবে।

হৃৎ খিতাইলে উহার উপরে যে তৈলের মত পদার্থ ভাসিতে থাকে, তাহাকেই মাটা বলে। মাটা হইতে মাখন জন্মে। উদরে বখন অল্প কোন দ্রব্যই না তলার, তখনও মাটা অনায়াসে ভক্ষণ করা যায়। মাটা স্কোলা হৃৎে স্থতের ভাগ অগ্নি দেখা যায়; সুতরাং যে রোগীর হৃৎ জীর্ণ না হয়, তিনি স্বচ্ছন্দে মাটা তোলা হৃৎ ব্যবহার করিতে পারেন।

হৃৎ জাল দিলে উহার উপর যে স্থতের ভাগ জমিয়া যায়, উহাকে সর বলে। সরও উৎকৃষ্ট খাদ্য।

মাখন তুলিয়া নহিলে যে ছদ্ম অবশিষ্ট থাকে, তাহাকে মাখন তোলা ছদ্ম কহে। মাখন তোলা ছদ্মে ঘূতের ভাগ, মাটা তোলা ছদ্ম অশেফাও অন্ন; কিন্তু ইহা বিলক্ষণ পুষ্টি-কর। টাটকা না হইলে ইহাতে অন্ন অন্নরস জন্মে। টাটকা মাটা তোলা ছদ্ম প্রায় সকল রোগীর পক্ষেই ব্যবহা করা বাইতে পারে।

দধিও পুষ্টি-কর খাদ্য। ঘোল তাদৃশ পুষ্টি-কর নহে; কিন্তু সহজেই জীর্ণ করা যায়। ইহাতে আমশয় জন্মাইবার বা পেট কামড়াইবারও কোন আশঙ্কা নাই। পের প্রব্যের মধ্যেও ঘোল অতি তৃপ্তি-জনক। গাত্র-দাহের পক্ষে ঘোল বিশেষ উপকারক।

ছুইয়ের জল মারিয়া কিঞ্চিৎ চিনি মিশাইয়া কোন এক পাত্র মধ্যে পুরিয়া যদি একপভাবে পাত্রের মুখ বন্ধ করা যায় যে, তাহাতে বায়ু প্রবেশ করিতে না পারে, তাহা হইলে ছদ্ম ২১ বৎসর পর্য্যন্ত অবিকৃত থাকে। উহা রোগীর পক্ষে বিশেষ ব্যবহার্য্য।

ছদ্ম বা দধি মছন করিয়া যে ঘূতের ভাগ পাওয়া যায়, তাহাকেই নবনীত বা মাখন বলে। মাখন তুলিয়া উত্তমরূপে ধুইয়া ও কেটাইয়া লওয়া কর্তব্য। তাহা হইলে উহা টাটকা থাকে; এবং বিশ্বাস হয় না। মাখন টাটকা রাখিবার জন্য উহাতে লবণও মিশান হইয়া থাকে। বাতাস না লাগে, একরূপ করিয়া কোন পাত্র মধ্যে রাখিয়া দিলেও মাখন টাটকা থাকে। উপরে প্রত্যহ পরিষ্কার জল ঢালিয়া রাখিলেও মাখন টাটকা থাকিবে।

বাহাদিগের পাক শক্তি ক্ষীণ, তাহারাও বিগুচ্ছ টাটকা মাখন সহজেই জীর্ণ করিতে পারে; কিন্তু অধিক পরিমাণে ভক্ষণ করা কর্তব্য নহে। বাসি, বিশ্বাদ, দুর্গন্ধ বা উত্তপ্ত মাখন অজীর্ণ ও অস্ত্রান্ত রোগে অখাদ্য; খাইলে আমাশয় উৎপাদন করিবে। মাখন বিগুচ্ছ কি না, দৃষ্টি, আশ্বাদ ও গন্ধ দ্বারা তাহা অনায়াসেই জানিতে পারা যায়। বিগুচ্ছ মাখনের বর্ণ উজ্জল শীত। মাখনে একখানি পরিষ্কার ছুরি শীঘ্র ঢালাইলে যদি ডোরার মত দেখা যায়, তাহা হইলে জানিবে যে, তাহাতে অস্ত্র দ্রব্য মিশান হইয়াছে। বিগুচ্ছ মাখন গলাইলে অতি পরিষ্কার ঘূত প্রস্তুত হইবে। বিগুচ্ছ মাখন

খাঁটি দুধই প্রশস্ত । কিন্তু উহা জ্বাল দিতে গেলে ঘন হইয়া যায় ; অথচ
কিঞ্চিদধিক ক্ষণ জ্বাল না দিলে দোষযুক্ত দুধের দোষনাশ হয় না । এই
জন্যই আর্ষ্যব্রাহ্মণবিৎ বলিয়াছেন ;

চতুর্থভাগং সলিলং নিধায় স্বচ্ছান্দ্যদাবর্তিতমুক্তমংতৎ ।

সর্কাময়য়ং বলপুষ্টিকারি বীৰ্য্যপ্রদং ক্ষীরমক্তিপ্রশস্তম্ ॥

তিন ভাগ খাঁটি দুধে এক ভাগ জল দিয়া তাহা যত্ন পূর্বক জ্বাল দিবে,
সেই দুধ সর্করোগনাশক এবং বলবীৰ্য্য পুষ্টিকর ।

গাভীদুধ পূর্সারূপে এবং মহিবীদুধ অপারূপে পথ্য । দুধের সহিত শর্করা
মিলে দোষ নাই । কিন্তু কদাচ অতপ্ত দুধ পান করিবে না, আর তপ্ত দুধও
যেন কদাচ লবণ মিশ্রিত না হয় । মাষ কলায়, মুগ, মংশ, মাংস, কন্দ, মূল,
শুড় প্রভৃতির সহিত দুধ খাইবে না । মংশ, মাংস, শুড়, মুগ এবং মাষ
কলায়ের সহিত দুধ পান করিলে কুষ্ঠ হইবার সম্ভাবনা । শাক, জামের রস
প্রভৃতি দ্রব্যের সহিত মিশ্রিত দুধ পান করিলে বিষবৎ হইয়া থাকে ।

দুধ স্রপেয় বলিয়া যে দিবারাত্র যখন তখন পান করিতে হইবে, তাহার
কোন কথা নাই ।

স্বিগ্ধনীতং গুরুং ক্ষীরং সর্ককালং ন সেবয়েৎ ।

দীপ্তাগ্নিং কুরুতে মন্দং মন্দাগ্নিনং নষ্টমেবচ ॥

নবপ্রসূতা গাভী, ছাগী প্রভৃতির দুধ মধুর বটে, কিন্তু অধিক কারযুক্ত,
রুক্ষ, পিত্তদাহ এবং রক্তরোগ উৎপাদন করে, এই জন্য ইহা অপেয় । প্রথম
প্রসূতা গাভী, ছাগী প্রভৃতির দুধ গুণহীন এবং অসার ; মধ্যম বয়সের দুধই
ভেদ্যকর ; বৃদ্ধ বয়সের দুধ দুর্বল । প্রসূতা গাভীর তিন মাসের পর যে দুধ
হয়, তাহাই অতি প্রশস্ত ।

উদ্ভিদ জাত খাদ্য ।

মহুষ্যের খাদ্যের মধ্যে উদ্ভিদই অধিক । বীজ, মূল, পত্র, এবং অন্যান্য
নান্য প্রকার উদ্ভিদ আহার করা হইয়া থাকে ।

যে সকল শস্তে ময়দা বা তজপ পদার্থ পাওয়া যায়, তাহাই অধিক পরি-

মাগে ও সর্বসাধারণে ব্যবহার হইয়া থাকে। এই সমস্ত খাদ্যই অধিক পুষ্টি-কর। সহজে জীর্ণ হইয়া থাকে এবং অধিক পরিমাণে সর্ব দেশেই জন্মে।

গোধূম বা গোম।—অত্যন্ত শস্ত অপেক্ষা গোম বিশেষ পুষ্টি-কর। এই জন্ত পৃথিবীর সর্বত্র অধিক পরিমাণে গোমের অধিক চাষ করা হইয়া থাকে, গোম পুষ্টি-কর বটে, কিন্তু অধিক শাদা ময়দা বা স্নজিতে ততদূর পুষ্টি-কর অংশ থাকে না। আটা বা রাঙা স্নজিই বিশেষ পুষ্টি-কর। বিশেষতঃ বালক-দিগের পক্ষে আটা বা রাঙা স্নজির কুটিই ব্যবহার্য। বিলাতি বা পাউরুটি টাটকা অপেক্ষা দুই তিন দিনের বানী হইলেই শীঘ্র জীর্ণ হয়। টাটকা পাউরুটি সহজে জীর্ণ হয় না, এবং অনেকের পক্ষে অন্ন জন্য়ার। কিন্তু পাউ-রুটি টক ও ছাতা পড়া হইলে আহারের অল্পপযুক্ত। পাউরুটি পাতলা পাতলা করিয়া কাটিয়া আঙুণে সেকিয়া লইয়া আহার করিলে অতি শীঘ্র জীর্ণ হয়; কিন্তু একরূপ করিয়া সেকিতে হইবে যে, যেন তাহার ধার পুড়িয়া না যায়। বিকৃত পাউরুটি অপেক্ষা অধিক পুষ্টি-কর এবং অন্ন দিনে নষ্ট হইয়া যায় না। বাহাদিগের অল্প খাদ্য জীর্ণ হয় না, ছুথের সহিত বিকৃটের গুঁড়া তাহার অনাবাসে ব্যবহার করিতে পারে। জৈয়ের ময়দাও বিলক্ষণ পুষ্টি-কর, ইহা অনেক দেশে ব্যবহৃত হইয়া থাকে। যবের মণ্ড অজীর্ণ রোগীর পক্ষে বিশেষ উপকারী। কিন্তু যবের জল গুরু-পাক। ভূট্টাও অনেক দেশের লোকে আহার করিয়া থাকে, কিন্তু ভূট্টায় ময়দা ভাল হয় না।

পৃথিবীতে যত মনুষ্য আছে; তাহার তিন ভাগের এক ভাগ চাউল আহার করিয়া থাকে। চাউল সুসিদ্ধ করিয়া আহার করা কর্তব্য। চাউলে তৈলের ভাগ অল্প স্নতরাং তাহাতে কিঞ্চিৎ স্নত সংযুক্ত করিয়া আহার করা উচিত। হৃৎ-পক চাউল বা পরমায় সহজে জীর্ণ হয়, স্নতরাং উহা রোগীর পক্ষেও উপযোগী। উহাতে যতদূর সম্ভব মিষ্ট জ্বা অন্ন-মিশ্রিত করা কর্তব্য। গ্রহণী ও আমাশয় রোগের পক্ষে চাউলের জল-বাচেলনী বিশেষ উপযোগী।

দাইল।—চাউল, যব ইত্যাদি অপেক্ষা দাইল অধিক পুষ্টি-কর কিন্তু কেবল দাইল ভক্ষণ করা অকর্তব্য। ভাত বা কুটির সঙ্গে, আহার

করা উচিত। দাইলও বিলক্ষণ সুসিদ্ধ না হইলে আহার করিবে না। চাউল অপেক্ষা দাইল আরও সুসিদ্ধ করা উচিত।

চাউল, গম, যব ইত্যাদি অন্যান্য প্রকারে ভক্ষণ করা অপেক্ষা যত্ন করিয়া ভক্ষণ করিলে শীঘ্র জীর্ণ হয়। সুতরাং যে ব্যক্তি অন্য কিছু আহার করিতে পারে না, তাহার পক্ষে ইহা বিশেষ উপযোগী। ইহাতে কুখা নিবৃত্তি হয়, উদর পুষ্টিও বিলক্ষণ বোধ হয়।

সাপু।—ছদ ও জলের সহিত সিদ্ধ করিয়া রোগীকে আহার করিতে দিলে রোগী উহা সহজেই জীর্ণ করিতে পারে। সাপু অত্যন্ত লঘু পাক।

আরাকট।—আরাকটের পুষ্টি-কর শক্তি অতি অল্প। উহাতে অধিক-ক্ষণ কুখা নিবৃত্ত করিতে পারে না। ইহার প্রধান গুণ এই যে, ইহা অত্যন্ত শিথল এবং অনারোগসেই গলাধঃকরণ করা যায়, কিন্তু ইহাতে অস্ত্রান্ত পুষ্টি-কর দ্রব্য মিশ্রিত করিয়া আহার করা কর্তব্য। যে রোগী অস্ত্র কোন দ্রব্য আহার করিলেই তুলিয়া কেলে, আরাকট তাহার উদরেও জীর্ণ হইবে।

গোলআলু।—আলু অতি পুষ্টি-কর ও সুখাদ্য। আলু স্বচ্ছন্দে অধিক দিন রাখিয়া রাখা হইতে পারে। কিন্তু অনেক স্থলেই সহজে জীর্ণ হয় না। যে ব্যক্তি উদর ভরিয়া খাইতে পারে না, সে অন্য দ্রব্য না খাইয়া যদি আলু খায়, তাহা হইলে শীঘ্র তাদৃশ হ্রস্ব বা ক্রম হইয়া পড়ে না। আলু, মাংস, মৎস্ত ইত্যেব সহিত ভক্ষণ করিলে আরও অধিক পুষ্টি জন্মে। যে আলু উত্তমরূপে পুষ্ট হয় নাই তাহা সহজে জীর্ণ হয় না। পরিপুষ্ট আলুও সুসিদ্ধ না হইলে জীর্ণ হয় না, সিদ্ধ আলু বা আলু ভাতে আহার করিতে হইলে আলুর খোসা সমেত সিদ্ধ করিবে, কারণ আলু ছাড়াইয়া সিদ্ধ করিলে উহার সারভাগ অনেক নষ্ট হইয়া বাইবে, সুতরাং ততদূর পুষ্টি-কর হইবে না। সিদ্ধ আলু বা আলু ভাতে নামাইয়া আহার করিবে, সুস্বাদু আলু পূর্বদিন রাখিতে ছাড়াইয়া চত্বালোকে ভিজাইয়া রাখিলে পর দিন উহা প্রায় নূতন আলুর মত হইবে, সিদ্ধ বা অন্য প্রকারে রন্ধন করা আলু অপেক্ষা নষ্ট বা ভাঙ্গা আলু অধিক পুষ্টি-কর।

আলুর কল বাহির হইলেই আলু নষ্ট হইয়া যায়।

যে আলু বড় ও বিলক্ষণ পরিপুষ্ট এবং শক্ত, যাহার উপরে ছাতাপড়া মত হয় নাই, যাহাতে কল বাহির হয় নাই, সেই আলুই উৎকৃষ্ট এবং সেই আলুই আহারের বিশেষ উপযোগী। রন্ধন করিলে যে আলু আঠা আঠা ও জলযুক্ত বোধ হয়, সে আলুও ভাল নহে। যাহা খুলির মত হইয়া যায়, তাহাই উৎকৃষ্ট।

কপি।—কপি তত পুষ্টিকর নহে। কারণ উহাতে জলীয় অংশ অধিক। বাঁধা কপির যে সকল পাতা মচমচিয়া তাহাই খাদ্যের উপযুক্ত। বাঁধা কপির যে সকল পত্র উপরিভাগে খুলিয়া পড়ে, তাহা অত্যন্ত শক্ত এবং রন্ধনে সুস্বাদ হয় না। রৌদ্র প্রবল হইলে অর্থাৎ চৈত্র মাস হইতে কপি আহার পরিভ্যাগ করা উচিত। কারণ কপি সহজে জীর্ণ হয় না, স্নতরাং গরমের সময় অজীর্ণজনক দ্রব্য আহার করিলে পেটের পাড়া হইবার সম্ভব। রৌদ্র প্রবল হইলে কেবলমাত্র যে, কপি পাড়া-জনক হয় একরূপ নহে, তখন উহা খাইতেও তত সুখাদ্য হয় না, এই সময় কপিতে একপ্রকার পোকা জন্মে।

ফুলকপি বেশ সুখাদ্য। ফুল কপির ফুল রৌদ্রে শুক করিয়া রাখিলে অসময়ে আহার করিতে পারা যায়। শুক ফুল শীতল জলে ভিজাইয়া রাখিয়া পরে তদ্বারা ব্যঞ্জন রন্ধন করিতে হয়। ফুল কপির ফুল একেবারে ফুটিয়া গেলে এবং তাহাতে একপ্রকার কাল কাল দাগ পড়িলে তাহা বিস্বাহ হইয়া উঠে।

ইঁচড়।—ইঁচড় অতি সুখাদ্য তরকারী। ভাল করিয়া পাক করিতে পারিলে উহা পাঠার ত্রায় সুখাদ্য হইয়া থাকে। ইঁচড়ে উত্তম ডাঁসা হয়। ইঁচড় বেশ পুষ্টিকর তরকারী। উদরাময় রোগী ইঁচড় আহার করিলে সহজে পরিপাক করিতে পারে না।

বৈদ্য শাস্ত্রে ইঁচড়ের গুণ। যথা—কষায়, স্বাদু, এবং বায়ুকারী।

ইঁচড়ের ত্রায় কাঁঠালের বিচিও নানাপ্রকার ব্যঞ্জনে পাক হইয়া থাকে। কাঁঠালের বিচি অত্যন্ত পুষ্টিকর। আয়ুর্বেদ মতে কাঁঠাল বিচির এই কয়টি গুণ উক্ত হইয়াছে, অর্থাৎ রক্তপিত্ত-নাশিত্ব, স্বাদুত্ব, জীবাণু-কষায়িত্ব, মধুরত্ব, কচি-বায়ু বৃদ্ধিকারিত্ব, গুরুত্ব, তগ্দোষ-নাশিত্ব, তৃক-বল-রক্ত-কারিত্ব, গুরু-রোগাক্রান্ত এবং মন্দাশ্রিত ব্যক্তির পক্ষে কাঁঠাল বিচি ভক্ষণ অস্বচিত।

কাঁঠাল অতি সুখাদ্য ফল। উহার রস অতি সুমিষ্ট এবং বলকারক। কাঁঠালের রস অত্যন্ত গুরু-পাক, অর্থাৎ সহজে জীর্ণ হয় না। কিন্তু জীর্ণ করিতে পারিলে দেহের উপকার হইয়া থাকে। অধিক পরিমাণে কাঁঠাল রস আহার করিয়া পরিপাক করিতে পারিলে দেহ হুল হইয়া থাকে।

বৈদ্য-শাস্ত্রে পাকা কাঁঠালের গুণ—স্বমধুরত্ব, রক্তবর্দ্ধকত্ব, মিত্তত্ব, শীতলত্ব, দুর্জ্বরত্ব, বায়ু-পিত্ত-নাশিত্ব, শ্লেষ্ম-শুক্র-বল-প্রদত্ত, গুরুত্ব, হৃদ্যত্ব, শ্রমদাহ-পিপাসা-নাশিত্ব, এবং কচি-কারিত্ব।

কলা।—কলা পুষ্টিকর, সুখাদ্য, মিত্ত এবং সুমিষ্ট ফল। কয়েক জাতীয় কলা কাঁচাবস্থায় তরকারীর কার্য্য করিয়া থাকে। কাঁচকলা অত্যন্ত পুষ্টিকর। এজন্ম গ্রহণী ও আমাশয় রোগে রোগীকে কাঁচাকলা ব্যঞ্জনে রাখিয়া থাইতে দিলে বিশেষ উপকার হইয়া থাকে। কাঁচকলা কষার গুণযুক্ত।

মানকচু।—মানকচু অত্যন্ত উপকারী। অনেক প্রকার ব্যঞ্জনে উহা ব্যবহার হইয়া থাকে। শোথ ও আমাশয় রোগে মানকচু অত্যন্ত উপকারী। সুস্বাদুত্ব, শীতত্ব, গুরুত্ব, শোথ-হরত্ব এবং কটুত্ব, বৈদ্য-শাস্ত্রে মানকচুর এই কয়টা গুণ উক্ত হইয়াছে।

মানকচুর ভ্রায় আরও কয়প্রকার কচু এতদ্দেশে তরকারিতে ব্যবহার হইয়া থাকে।

ওল।—ওল কেবল যে সুখাদ্য তরকারী তাহা নহে, অর্শ রোগে ওল ঔষধ ও পথ্যের কার্য্য করে। ওল আহার করিলে কোষ্ঠ সরল হয়। ওলের দ্বারা নানাপ্রকার আচার প্রস্তুত হইয়া থাকে। ওল অগ্নি-বর্দ্ধক, কচিকারক, কফ-নাশক ও লঘু; অর্শ রোগীর সদাপথ্য।

স্নানবিধি ।

পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকা শারীরিক স্বাস্থ্য রক্ষার একটা প্রধান সাধন। পরিষ্কৃত দেহে নানাবিধ রোগ আশ্রয় করিয়া থাকে। আমাদের দেহে যে অসংখ্য লোম-কূপ আছে, তদ্বারা শরীরস্থ দূষিত পদার্থ নির্গত হইয়া থাকে। কিন্তু শরীর অপরিষ্কৃত হইলে লোম-কূপ পথ বন্ধ হইয়া যায়;

সুতরাং শরীরস্থ দূষিত পদার্থ নির্গত হইতে ব্যাঘাত জন্মে। এক্ষণ প্রাতি-
দিন জ্ঞান করা আবশ্যক।

প্রতিদিন নির্দিষ্ট সময়ে জ্ঞান করা উচিত। নতুবা অনিয়মিতরূপে
অর্থাৎ আজ এক সময়ে কাল অপর সময়ে জ্ঞান করিলে সর্দি লাগিবার সম্ভব।

জ্ঞান করিলে কেবলমাত্র যে, শরীরস্থ লোম-কূপ পরিষ্কৃত থাকে এরূপ
নহে, তদ্বারা মন প্রক্লান্ত হয় এবং ক্ষুধা বোধ হইতে থাকে।

অবগাহন করিয়া জ্ঞান করাই প্রশস্ত। অন্ন জলে জ্ঞান করিলে শরীরে
তৃপ্তি-বোধ হয় না। পরিষ্কৃত শীতল জলে জ্ঞান করিলে শরীর সুস্থ থাকে।
নিকটবর্তী নদী কিবা পুরুষিণীতে জ্ঞান করা ভাল। যে জলাশয়ের জল
পরিষ্কৃত এবং স্রোতযুক্ত, তীরে মল মূত্রাদি ত্যাগ করে না তাহাতে জ্ঞান
করিলে কোন অপকারের আশঙ্কা থাকে না। জ্ঞানের উদ্দেশ্য যখন শরীর
পরিষ্কার রাখা, তখন অপরিষ্কৃত জলে জ্ঞান করিলে যে, সেই উদ্দেশ্য বিফল
হইয়া থাকে, তাহা সকলেই বেশ বুঝিতে পারেন।

যে জলাশয়ের জল দূষিত হইয়া উঠে, তাহাতে জ্ঞান করা অবৈধ। তাদৃশ
জলাশয়ে জ্ঞান করা অপেক্ষা কূপের জলে জ্ঞান করা ভাল।

জ্ঞানের সময় সমুদায় অঙ্গ প্রত্যঙ্গাদি উত্তমরূপে মার্জনা না করিলে
জ্ঞানের উদ্দেশ্য সাধিত হয় না।

নীরোগাবস্থায় শীতল জলে জ্ঞান করিলে শরীর বেশ স্বচ্ছন্দ বোধ হয়।
সুস্থ শরীরে গরম জলে জ্ঞান করা ভাল নয়। তদ্বারা শরীর দুর্বল এবং
চর্ম ও মাংস শিথিল হইয়া উঠে। তবে পীড়িতাবস্থায় শীতল জলে জ্ঞান
করিলে সর্দি লাগিয়া নানাপ্রকার পীড়া হইবার সম্ভব। পীড়িত ব্যক্তিকে
অনাবৃত স্থানে জ্ঞান করিতে দেওয়া উচিত নহে; কারণ জ্ঞান করিলে
শরীর শীতল হয়, সেই সময় আবায় বাহিরের ঠাণ্ডা বাতাসে শরীর আরও
শীতল করিয়া তুলে, সুতরাং পীড়া হইবার কথা। এক্ষণ গৃহ মধ্যে জ্ঞান
করা ভাল। জ্ঞান করিয়া শুকনা কাপড়, অর্থাৎ টুয়ালে প্রভৃতি দ্বারা উত্তম-
রূপে গা মুছিয়া একটা জামা গায়ে দিলে ভাল হয়। দুর্বল কিবা পীড়িত
ব্যক্তির জ্ঞানের সময় গরম জলে অন্ন পরিমাণে লবণ দিয়া সেই জলে জ্ঞান

করিলে উপকার দর্শে। কি রোগী কি সুস্থকায় কোন ব্যক্তিরই পক্ষে স্নানের অব্যবহিত পরেই অর্থাৎ স্নান করিয়াই আহার করা উচিত নহে, কারণ তদ্বারা পরিপাক কার্যের ব্যাঘাত জন্মে।

স্নান করিয়াই যেমন আহার করা অবিধি, সেইরূপ আবার আহারান্তে স্নান করাও অহিত-কর। অতএব আহারান্তে যদি স্নান করার প্রয়োজন হয়, তবে আন্ডাজ এক প্রহরের পর স্নান করা সুপরামর্শ। কারণ তদ্বারা কোন অনিষ্ট হইবার আশঙ্কা থাকে না।

অত্যন্ত পরিশ্রমের পর অর্থাৎ বাম মরিয়া শরীর শীতল না হইলে স্নান করা উচিত নহে। কারণ স্নান করিলে শীতল জলে ঘর্ম্ম-রোধ হইয়া মহা অনিষ্ট হইতে পারে, এমন কি কখন কখন ইহাতে মৃত্যুও উপস্থিত হইবার সম্ভব। আর সহসা গরমের পর ঠাণ্ডা লাগিয়া সর্দি ও জ্বর হইবারও কথা।

স্নানের সময় অধিকক্ষণ ধরিয়া জলে অবগাহন করিয়া থাকা উচিত নহে; কারণ শরীর অধিক শীতল হইলে সর্দি ও জ্বর হইবার আশঙ্কা থাকে।

স্নানের সময় অগ্রে মস্তকে জল দিয়া পরে অন্ত্র অঙ্গে জল দেওয়া ভাল। কারণ প্রথমে শীতল জলে অঙ্গ নিমগ্ন করিলে রক্ত মস্তকে উঠিতে পারে, তদ্বারা শিরঃপীড়া হইবার সম্ভব। এইজন্যই বোধ হয় উর্দ্ধকের আশঙ্কার অনেকেই স্নানের পূর্বে মস্তকে জল দিয়া পরে স্নান করিয়া থাকেন। কোন কোন ব্যক্তিকে দেখা যায়, স্নানের সময় জলে গলা পর্য্যন্ত অবগাহন করিয়া গরম জল মস্তকে ঢালিয়া থাকেন, এরূপ করা যে মহা অনিষ্ট-কর তাহা বোধ হয় তাঁহারা অবগত নহেন। কারণ এরূপ করিলে সম্বরেই শিরঃপীড়া উপস্থিত হইয়া থাকে।

স্নান করিবার সময় সহসা জলে ঝাঁপ দিয়া পড়া বড় অনিষ্ট-জনক। তদ্বারা শরীরাত্যন্তরস্থ যন্ত্র সমূহ আঘাত প্রাপ্ত হইতে পারে। কোন কোন বালকদিগকে দেখিতে পাওয়া যায়, তাহারা উর্দ্ধ হইতে লক্ষ প্রদান করিয়া জলে পড়িয়া থাকে, ইহাতে হস্ত, পদ এবং বক্ষঃস্থলে গুরুতর আঘাত লাগিবার সম্ভব। কখন কখন এই দুর্ঘটনায় মৃত্যু পর্য্যন্ত উপস্থিত হইতে পারে।

শীতকালে যে দিন অত্যন্ত শীত পড়িতে থাকে কিম্বা খুব বর্ষা হইলে সে দিন স্নান না করিলেও তত অনিষ্ট হয় না। তবে ভিজা গামোচা দ্বারা সর্ব শরীর উত্তমরূপে পুঁছিয়া ফেলা এবং শীতল জলে মস্তক ধুইয়া ফেলিলে স্নানের কার্য্য হইতে পারে।

যে সকল ব্যক্তির চর্ম্মরোগ থাকে, তাহাদিগের গামোচা লইয়া স্নান করা অবিধি। কারণ সেই গামোচা ব্যবহার করিলে ঐ সকল রোগ হইবার আশঙ্কা।

স্নানের সময় তৈল মাখা বেশ বুদ্ধির কাষ। তৈল মাখিলে চর্ম্ম ও কেশ বেশ চাক্চিক্য থাকে এবং চর্ম্মের যে স্থিতিস্থাপকতা গুণ আছে, তাহারও উপকার হয়। আর লোম-কূপ দিয়া তৈলের কতক অংশ শরীরে প্রবিষ্ট হইয়া স্বাস্থ্যেরও উপকার করিয়া তুলে। অনেকে সাহেবদিগের দেখাদেখি তৈল মাখা পরিত্যাগ করিয়া থাকেন, কিন্তু সাহেবেরা যে, সাবান মাখিয়া স্নান করিয়া থাকেন এবং তদ্বারা যে তৈল ব্যবহারের কাজ মিটিয়া থাকে, তাহা তাঁহাদিগের বোধ নাই। ফলতঃ স্নানের পূর্বে তৈল মাখায় উপকার ভিন্ন অপকারের কোন আশঙ্কা নাই। তবে তৈল মাখিয়া স্নানের সময় তাহা তুলিয়া ফেলা ভাল।

কাহারও কাহারও মনে এইরূপ বিশ্বাস বে, সর্দি লাগিলে শীতল জলে স্নান করিলে সর্দি ঝরিয়া পড়িবে, এজন্য তাঁহারা সর্দি লাগিলে শীতল জলে স্নান করিয়া থাকেন,। এরূপ করা অত্যন্ত অন্যায়। কারণ তদ্বারা শরীর আরও শীতল হইয়া অর হইবার সম্ভব। সর্দি লাগিলে জ্ব-
হৃৎ জলে স্নান করা সুপরামর্শ।

যে সময় সর্দি লাগিয়া অত্যন্ত কষ্ট বোধ হইতে থাকে, তখন গরম জলে পা ডুবাইয়া রাখিলে বিশেষ উপকার হইয়া থাকে।

অত্যন্ত শীতের সময় গর্ভবতী রমণী যদি হটাৎ শীতল জলে ঝাঁপ দিয়া পড়েন, তবে তদ্বারা গর্ভপাতের সম্ভব।

রোগ বিশেষে আবার স্নানের বিভিন্ন প্রকার ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়। সচরাচর আমরা দুই প্রকার নিয়মে স্নান করিয়া থাকি, অর্থাৎ ডুব দিয়া

ও মাথায় জল ঢালিয়া। সুস্থ ব্যক্তির পক্ষে ডুব দিয়া স্নান করা সুপারামর্শ। আর পীড়িত ব্যক্তির পক্ষে মাথায় জল ঢালিয়া স্নান করা ভাল। ঈষদ্রুষ্ণ জলে স্নান স্নেহাধিক্যের পক্ষে প্রশস্ত। অধিক গরম জলে স্নান করিলে নাড়ীর বেগ বৃদ্ধি এবং শ্বাস প্রশ্বাসের কার্য্য অধিক হয়। সামান্য সর্দিতে গরম জলে স্নান করিয়া একখানি শুকনা মোটা কাপড় দ্বারা উত্তমরূপে গা পুঁছিয়া একটা জামা কিম্বা একখানি মোটা চাদর গায়ে দিলে অল্প ঘাম হয় এবং তদ্বারা শরীর অতি সুস্থ বোধ হয়। বাতরোগে স্নান করিতে হইলে বড় এক ঘড়া গরম জলে একছটাক সোড়া মিশাইয়া সেই জল অল্প গরম থাকিতে থাকিতে স্নান করিতে হইবে। বাতের পক্ষে শীতল জল অত্যন্ত অপকারী। চর্ম্মরোগে আধ ছটাক গন্ধক চূর্ণ বড় এক ঘড়া জলে দুই তিন ঘণ্টা দিয়া রাখিতে হইবে এবং মধ্যে মধ্যে তাহা নাড়িয়া দিতে হইবে। পরে সেই জলে স্নান করা কর্তব্য। এই জল যে গরম হইবে তাহা যেন মনে থাকে।

পৃথিবীর সকল দেশেই সকল জাতির মধ্যেই সুস্থ ব্যক্তির পক্ষে স্নানের নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। স্নানের সময় অর্থাৎ প্রথমেই শরীরে জলের স্পর্শনে যে একটু কম্পন হয়, তদ্বারা শোণিত প্রবাহ সঞ্চারিত হইয়া সমুদায় যন্ত্রাদি উত্তেজিত করে। এই উত্তেজনায় শরীর ও মনের একপ্রকার ক্ষুণ্ণি আনয়ন করিয়া থাকে। অনেক সময় স্নান ঔষধের কার্য্য করে। প্রাতঃ-স্নান যে কতদূর উপকারী তাহা বলিয়া শেষ করা যায় না। বোধ হয় এই জন্তই আমাদের শাস্ত্রে প্রাতঃস্নানের বিশেষ বিধি প্রচলিত দেখিতে পাওয়া যায়। যাহাদের সর্বদা সর্দি লাগিয়া থাকে, প্রাতঃস্নান তাহাদিগের প্রশস্ত নহে। চৈত্র বৈশাখ মাস হইতে প্রাতঃস্নান অভ্যাস করা ভাল। অত্যন্ত গরমের সময় প্রাতঃস্নান আরম্ভ করিলে কোন প্রকার অসুখ হইবার আশঙ্কা থাকে না। ফলতঃ সুস্থ ব্যক্তি শরীরের অবস্থা বুঝিয়া আর পীড়িত ব্যক্তি সুবিজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ লইয়া স্নান করিবেন।

আহারের সুব্যবস্থা ।

কি সুস্থ কি অসুস্থ, উভয় অবস্থাতেই আহার বিশেষ প্রয়োজনীয়।

আহারে যে, কেবল রসনা তৃপ্তি ও ক্ষুধা শান্তি হয়, এমন নহে, আহারে জীবন রক্ষা হয়। কোন দ্রব্য বা কত পরিমাণে আহার করা উচিত, স্নহ অবস্থায় তাহা ভোক্তার প্রবৃত্তি ও রুচির উপর নির্ভর করা যাইতে পারে ; কারণ, অতিরিক্ত ঘৃত ও মসলা দ্বারা প্রস্তুত খাদ্য সর্বদা আহার করিয়া যাহার রুচি বিকৃত না হইয়াছে, রুচি অল্পসারে আহার করিলে, তাহার স্বাস্থ্যের হানি হয় না। তথাপি, বিবেচনা করিয়া আহার করা, তাহার পক্ষেও কর্তব্য ; বিবেচনা করিয়া আহার না করিলে, মনুষ্য ক্রমেই সামান্য পশুব অবস্থায় অধঃপাতিত হইবে।

পক্ষান্তরে, রুগ্ন অবস্থায় রুচিকে বিশ্বাস করা যায় না, রোগের সময় আহার সম্বন্ধে বুদ্ধি ও বিবেচনার সাহায্য লইতে হইবে। কোন দ্রব্য বা কত পরিমাণে আহার করা কর্তব্য, স্নহ অবস্থা অপেক্ষা রুগ্ন অবস্থায় তাহার স্নব্যবস্থা করা অধিক প্রয়োজনীয়। রোগীর জিহ্বা এতদূর বিকৃত হইয়া যায় যে, যে দ্রব্যে অপকার হইবে, সে তাহাই খাইতে ইচ্ছা করে, আর যাহাতে উপকার হইবে, সে দ্রব্য খাইতে তাহার আদৌ রুচি হয় না। তাহার ক্ষুধাও অধিকক্ষণ থাকে না, স্নতরাং কত পরিমাণে আহার দেওয়া উচিত তাহার ক্ষুধা দেখিয়া তাহার ব্যবস্থা করা যায় না। অতএব রোগীর রুচি ও ক্ষুধার উপর নির্ভর করিয়া আহারের ব্যবস্থা করিলে, রোগ বৃদ্ধি পায় এবং রোগীর জীবন সংশয় হইয়া উঠে। স্নতরাং বিশেষ দেখিয়া শুনিয়া ও বিবেচনা করিয়া রোগীর আহারের ব্যবস্থা করা কর্তব্য।

রোগের প্রকৃত শান্তিকারক ঔষধের ব্যবস্থা যেমন প্রয়োজনীয়, অনেক রোগে, উপযোগী আহারের স্নব্যবস্থাও তেমনি প্রয়োজনীয়। কারণ, স্নহপ-যোগী আহার করিলে, সে সকল রোগে আদৌ ঔষধের গুণ দর্শিবে না। আহারের কিরূপ পরিবর্তন করিতে হইবে, তাহা না জানিলে কিছুতেই চলিবে না ; কারণ নিয়ত একরূপ আহার করিলে রোগীর হঠাৎ অকস্মিত জন্মিবে। অনেক সময় দেখা গিয়াছে যে, রোগীর আহার কিরূপে প্রস্তুত করিতে হইবে, তাহা প্রায় অনেকেই জানেন না। নানাবিধ স্নহাদ্য স্নখাদ্য কিরূপে প্রস্তুত করিতে হইবে, তদ্বিষয়ে কয়েকখানি গ্রন্থও এ যাবৎ প্রকাশ

হইয়াছে, কিন্তু রোগীর খাদ্য কিরূপে প্রস্তুত করিতে হইবে, তদ্বিষয়ে এপর্যন্ত কোন প্রবন্ধই বাহির হয় নাই। আমরা এক্ষণে নানা প্রামাণিক গ্রন্থ দেখিয়া এই অভাব পূরণে সচেষ্ট হইয়াছি। ভরসা করি গৃহিণীগণ বিশেষ মনোযোগ করিয়া এই মহোপকারী বিষয়ে বিশেষ নিপুণতা লাভ করিবেন। রোগীর খাদ্য প্রস্তুত করিতে হইলে, কোন দ্রব্য রোগীর উপযোগী এবং কিরূপে উহা পাক করিতে হইবে, তাহা জানা উচিত। কোন দ্রব্যটি কোন দ্রব্যের পর খাইতে দিতে হইবে, পাচক বা পাচিকার তৎপক্ষেও জ্ঞান থাকা কর্তব্য।

কোন দ্রব্য কিরূপে ও কি পরিমাণে আহার করিলে, শরীরে পরিষ্কার রক্ত জন্মিবে, তাহা না জানিলে স্বাস্থ্য রক্ষা হয় না; ভগ্ন স্বাস্থ্যেরও পুনরুদ্ধার করা যায় না। জীবনের অবশ্য কর্তব্য কাজ কর্ম করিয়া দেহের যে অপচয় হইতেছে, তাহার প্রতিপূরণ করা অবশ্য কর্তব্য। রোগে রক্তের গুণ দূষিত হইলে, রক্তকে পুনরুদ্ধার বিত্ত্বও করিতে হইবে। তাহা না করিলে কদাচ দেহ রক্ষা হইবে না। রক্ত, আহার হইতেই উৎপন্ন হয়। সুতরাং আহারের ন্যূনতা ও আধিক্য এবং গুণ অনুসারে রক্তেরও ন্যূনতা, আধিক্য ও গুণের তারতম্য জন্মে; এবং তদনুসারেই স্বাস্থ্য রক্ষা বা স্বাস্থ্য ভঙ্গ হয়। এই জন্যই সাধারণতঃ খাদ্য দ্রব্য ও পথ্যাপথ্যের জ্ঞান বিশেষ প্রয়োজনীয়। খাদ্য ও পথ্যাপথ্য সম্বন্ধে যে সকল ব্যবস্থা ও নিয়ম আছে, তাহা ভঙ্গ করিলেই নানা রোগের উৎপত্তি হইয়া থাকে। দরিদ্র লোকে উত্তম দ্রব্য আহার করিতে পায় না; যে সকল দ্রব্য আহার করে, তাহাও রীতিমত রন্ধন করিয়া হয় না; সুতরাং তাহাদিগের দেহ তাদৃশ পুষ্ট হয় না, তাহারা প্রায় নানা রোগেও ভুগিয়া থাকে। এইরূপ রোগের পক্ষে উপযোগী দ্রব্য রীতিমত রন্ধন করিয়া উদর পূরিয়া আহার করিতে দিলে যতদূর উপকার দর্শে, ঔষধে ততদূর উপকার হয় না।

খাদ্য জীর্ণ ও রক্ত মাংসে পরিণত হওয়া, ভোক্তার শারীরিক অবস্থার উপর যতদূর নির্ভর করে, পাক প্রক্রিয়ার উপরেও ঠিক ততদূর নির্ভর করিয়া থাকে। বিশেষতঃ রোগীর আহার প্রস্তুত করিতে হইলে, পাক-

প্রক্রিয়ার প্রতি বিশেষ দৃষ্টি রাখিতে হইবে। সুস্থ অবস্থায় যে খাদ্য আহার করা যায়, অসুস্থ অবস্থায় সে খাদ্য আহার করিলে অল্পপকার দর্শে; কিন্তু রক্তনের বা পাকের কিঞ্চিৎ পরিবর্তন করিলে আবার সেই খাদ্যই স্বচ্ছন্দে আহার করা যায়, কোন অল্পপকারই দর্শে না; সহজে জীর্ণ করিতেও পারা যায়। অনেক পুরাতন অজীর্ণ রোগে ক্ষুধা মন্দ হয় না; বরং অসাধারণ বৃদ্ধি পায়, কিন্তু তাহাতেও পথ্যাপথ্য সম্বন্ধে বিশেষ সাবধান হওয়া কর্তব্য। কারণ এরূপ অবস্থায় ক্ষুধার অমুরোধে বুদ্ধি বিবেচনায় জলাঞ্জলি দিয়া অপরিমিত অল্পপযোগী দ্রব্য আহার করিবারই বিশেষ সম্ভাবনা; সুতরাং বিপদের অধিক আশঙ্কা।

সুস্থ ও পীড়িতাবস্থায় কোন কোন খাদ্য কিরূপে আহার করিতে হইবে, সে বিষয়ে সাধারণ নিয়ম সংস্থাপন করা এক প্রকার অসম্ভব; কারণ জাতি, (স্ত্রী পুরুষ) বয়স, ব্যবসায়, অবস্থা, দেহের গঠন, মেজাজ ইত্যাদি ভেদে প্রত্যেক ব্যক্তি বিশেষে খাদ্যের বিশেষ বিশেষ ব্যবস্থা করিতে হয়। পরিবারের প্রয়োজন কি, গৃহের কর্তার তদ্বিষয়ে বিবেচনা করা উচিত; দুর্বল ক্রীণ প্রকৃতি বালক বালিকার উপযোগী কি, গৃহিণী সে বিষয়ে ভাবনা করিবেন, আর রোগীর আহারের কিরূপ ব্যবস্থা করা উচিত, চিকিৎসক তাহার বন্দোবস্ত করিবেন। তবে চিকিৎসা শাস্ত্রের সাহায্য লইয়া এবং অনেক দেখিয়া শুনিয়া খাদ্য সম্বন্ধে সামান্যতঃ কতকগুলি ব্যবস্থা করা যাইতে পারে। কিন্তু দুঃখের বিষয় এই যে, অনেকে সেই সকল ব্যবস্থা অগ্রাহ্য করিয়া কষ্ট ভোগ করেন। সুস্থ-কর ও পীড়া-নাশক আহার সম্বন্ধে যে সকল সামান্য ব্যবস্থা আছে, সমস্তই বিশেষ মঙ্গলকর; কিন্তু অভিজ্ঞতা, কুসংস্কার ও অনবধানতা অন্তরায় হইয়া অনেক সময়ে তাহাদিগের সফল ফলিতে দেয় না। চিকিৎসক বিশেষ বিবেচনা করিয়া ঔষধ ও আহারের ব্যবস্থা করিলেন। রোগীকে ঔষধ ব্যবস্থা মত সেবন করান হইতে লাগিল; কিন্তু ব্যবস্থামত আহার হয় ত আদৌ দেওয়া হইল না; না হয় ত অন্যরূপ আহার দেওয়া হইল। প্রায়ই দেখিতে পাওয়া যায় যে, রোগী এবং রোগীর আত্মীয় বন্ধু সকল আহার সম্বন্ধে চিকিৎসককে

বঞ্চনা করিয়া থাকেন ; আবার বিশেষ দোষ এই যে, সে কথা চিকিৎসকের নিকট স্বীকার করেন না । তাহাতে ফল এই হয় যে, রোগী সম্বর আরোগ্য লাভ করিতে পারে না ; চিকিৎসকেরও নিন্দা হয় । অনেক স্থলে রোগের অকারণ উত্তরোত্তর বৃদ্ধি না দেখিগে আর চিকিৎসক আহ্বারের ব্যতিক্রম ধরিতে পারেন না ।

আহার সম্বন্ধে অশ্রান্ত সাধারণ নিয়ম সংস্থাপন করা যে, অসম্ভব, তাহার আরও হেতু এই যে, এক ব্যক্তি যে দ্রব্য স্বচ্ছন্দে আহার করিতে পারেন, অপরের তাহা সহ্য হয় না । কথাই আছে, যে, একের খাদ্য অপরের বিষ । অধিক কি, একরূপ অজীর্ণ রোগাক্রান্ত ছই ব্যক্তির মধ্যে একজন যে খাদ্য সহজে জীর্ণ করিতে পারে, অপর ব্যক্তির তাহাতে অপকার দর্শে । ভাজা মাছ, কপি, ঘৃত ইত্যাদি গুরুপাক দ্রব্য আহার করিয়া কোন কোন অজীর্ণ রোগী স্বচ্ছন্দে জীর্ণ করিতে পারে ; কিন্তু সেই রোগে আক্রান্ত আর এক জন তাহা কোনরূপেই জীর্ণ করিতে পারেন না, সুতরাং বিশেষ কষ্ট ভোগ করেন ।

কোন দ্রব্য কি পরিমাণে আহার করা কর্তব্য, তাহা নির্ধারণ করিতে হইলে স্মরণ রাখা উচিত যে, সুস্থ অবস্থাতেও এক দ্রব্য সকলে সমানরূপে পরিপাক করিতে পারে না । এক দ্রব্য এক জনের উদরে বিলক্ষণ পরিপাক পাইয়া রক্ত মাংসে পরিণত হয় ; কিন্তু আর একজনের উদরে পড়িলে, জীর্ণ হয় না ; তাহার অধিকাংশ মলের সহিত নির্গত হইয়া যায় ; সুতরাং তাহার পক্ষে ধরাট স্বরূপে কিঞ্চিৎ অধিক আহার করা কর্তব্য । যে পরিমাণে যে খাদ্য বৃদ্ধের পুষ্টি-সাধন করে না, সেই পরিমাণে সেই দ্রব্য এক জন সবল যুবা পুরুষের পক্ষে বিলক্ষণ পুষ্টি-কর হইয়া থাকে । আর যে খাদ্য বৃদ্ধের পক্ষে সহজে জীর্ণ ও পুষ্টি-কর হয়, এক জন শরিশ্রমশীল যুবাব তাহাতে উদর পূর্তি হয় না ; সুতরাং সে খাদ্য তাহার পক্ষে উপযোগী নহে । ভিন্ন ভিন্ন ব্যবসার অর্থাৎ কাজ কর্ম অনুসারেও আহ্বারের ভিন্ন ভিন্ন ব্যবস্থা করা কত্তব্য । সকল সময়ে কেবল ক্ষুধা ও রুচি দেখিয়া উপযুক্ত আহ্বারের বিধান করা যায় না । যাহারা শারীরিক পরিশ্রম করে, তাহাদিগের পক্ষে যে আহ্বার উপযোগী,

যাহারা মানসিক পরিশ্রম করে, তাহাদিগের পক্ষে সে আহার উপযোগী নহে। বগী বৎসর বয়স্কা প্রৌঢ়া যে দ্রব্য যত পরিমাণে আহার করিয়া থাকেন, যাহারা সন্তানকে স্তনপান করান, তাহাদিগের সেরূপ আহার উপযোগী নহে। এইরূপ নানাবিধ কারণে আহার সম্বন্ধে সাধারণ অজ্ঞান নিয়ম নির্দেশ করা কোন প্রকারেই সম্ভাবিত নহে। সুতরাং প্রত্যেক ব্যক্তি আপনার পারিবারিকাদি অবস্থা বিবেচনা করিয়া অথবা অস্ত্রের সুপরামর্শ লইয়া স্বাস্থ্য-কর পুষ্টি-জনক আহার করিবেন। উপযোগী আহার না করিলে পীড়া জন্মে। কোন্ কোন্ অবস্থায় কোন্ কোন্ ব্যক্তির কিরূপ আহার করা কর্তব্য, তাহা জানিতে হইলে স্বাস্থ্য রক্ষা সম্বন্ধে নানা প্রবন্ধ পাঠ করা সকলেরই অবশ্য ক্তব্য।

— — —

মাদক দ্রব্য।

সুরা।—সুরা রক্তের সহিত অতি শীঘ্র মিশ্রিত হইয়া যায়। সুরা পান করিলে তাহার কতক অংশ ফুসফুসের মধ্য দিয়া নিশ্বাসের সঙ্গে উপিত্তা যায়। কতক যকৃত ও মূত্রাশয়ে বাইয়া বিল্লিষ্ট হয়, আর কতক শরীরে থাকিয়া অন্তরূপে পরিণত হয়। চিকিৎসকেরা অনেক পরীক্ষার পর স্থির করিয়াছেন যে, সুরায় দেহ পুষ্টি হয় না; ইহাতে কেবল উত্তেজনা মাত্র করিয়া থাকে, সেই উত্তেজনার আবার দেহ ভেদে নানারূপ অপকার দর্শে। সুরায় প্রকৃত উষ্ণতা উৎপাদন বা ক্ষীণতার প্রতিকারও করিতে পারে না। সুরায় গাত্রে যে উষ্ণতা জন্মায় তাহা স্ফোটিকাতির উষ্ণতার জ্বাৰ আভাসমাত্র। সুরায় বল উৎপাদন বা বল ধারণও করিতে পারে না। সুরায় মাংস পেসীর উত্তেজনা মাত্র হইয়া থাকে; কিন্তু উহাকে মাংস পেসীর প্রকৃত বল বলা যায় না। বরং ক্ষীণতা বলিতে হইবে। সুরা পান করিলে যতটুকু উত্তেজনা হয়, মাদকতার অবস্থানে তাহার অধিক অবসাদ হইয়া থাকে। তথাপি অনেক সময় কেবল এইমাত্র উপকার পাইবার জন্য সুরা ব্যবস্থা করিতে হয়। কিন্তু সুরায় ভারীবল উৎপাদন করে, এই যে মত আছে, তাহা সম্পূর্ণ ভ্রান্ত। অল্প পরিমাণে পান করিলে সুরায় প্রস্রাব সরল হয়, ক্ষুধা বৃদ্ধি হয়, এবং মানসিক

ও ইঞ্জির শক্তি সৰল হয় সত্য; কিন্তু যে অপকার দর্শে, তাহার নিকট এই উপকার অতি তুচ্ছ। কারণ অন্ন পরিমাণেও সুরাপান অভ্যাস করিলে শেষে নিশ্চয়ই দেহ অধঃপাতিত করে। অন্ন পরিমাণ হইলেও সুরাপানে হৃৎপিণ্ড ও যকৃত ক্ষীণ ও বর্ধিত হইয়া উঠে। এবং অবশেষে মারাত্মক রোগ উৎপাদন করে। সুতরাং সুরা অপেক্ষ ও অসেব্য; বিশেষতঃ আমাদিগের ন্যায় উষ্ণ প্রধান দেশে সুরা হলাহল অপেক্ষাও মারাত্মক। সুরা পানের বিষময় ফল, নিয়তই আমাদিগের প্রত্যক্ষ হইতেছে।

অহিফেণ বা আফিম।

আফিম ঔষধমাত্রায় সেবন করিলে, বিশেষ উপকার দর্শে। কিন্তু কেবল নেশা করিবার জন্য অপরিমিত মাত্রায় সেবন করিলে শরীরে বিষের জ্বায় অপকার জন্মায়। প্রায়ই দেখিতে ও শুনিতে পাওয়া যায়, অনেক হুর্নুজ্জ্বল হতভাগ্য আফিম খাইয়া আত্মহত্যা করে। অহিফেণজাত বিষের লক্ষণ;—রোগী কিম্বাইতে থাকে ও স্তম্ভিত হইয়া যায়। কর্ণের নিকট অত্যন্ত উচ্চ শব্দ করিলে রোগীর সহসা চৈতন্ত হয় বটে, কিন্তু পরক্ষণেই আবার অচৈতন্ত হইয়া পড়ে। নাড়ী চঞ্চল ও ক্ষীণ হইয়া আইসে; ঘন ঘন নিশ্বাস বহিতে থাকে, অঙ্গ হিম ও বম্বাস্ত হইয়া উঠে। কিছুক্ষণের পর এই সকল চিহ্নের পরিবর্তন হয়; রোগী সম্পূর্ণ অচৈতন্ত হইয়া পড়ে, নিশ্বাস ধীরে ধীরে বহিতে আরম্ভ করে এবং নাসিকায় বড় বড় শব্দ হইতে থাকে। অঙ্গ আরও হিম হয়; নাড়ী মন্দ মন্দ বহিতে আরম্ভ করে। স্বাভাবিক অপেক্ষা চক্ষুর তারা ক্ষুদ্র হইয়া আইসে। রোগীর মুখ আত্মাণ করিলেও অহিফেণের গন্ধ পাওয়া যায়। রোগী অহিফেণ খাইয়াছে, জানিবামাত্র যাহাতে বমন হয়, এক্ষণে দ্রব্য সেবন করাইবে। লবণ ও জল উষ্ণ করিয়া বা কেবল উষ্ণ জল অধিক পরিমাণে খাইতে দিবে। তালুতে বা টাঁকরায় একটা পালকের দ্বারা শুড়গুড়ি দিবে; অথবা গলায় আবুল দিয়া বমন করাইবার চেষ্টা করিবে। রোগীর মস্তকে, বক্ষে ও মেরুদণ্ডে জোরে শীতল জলের ছিটা দিবে এবং একখানি ভিজা গামোছ বা নেড়ার কাপটা মারিবে। চ. বা

কাফি বেশ কড়া করিয়া অনবরত সেবন করাইবে। রোগীকে অনাবৃত স্থানে উপর নীচে ছুই তিন ঘণ্টাকাল ক্রমাগত চলাইবে। ফলকথা এই রোগী বেশ নিজা যাইতে না পায়। রোগীর সঙ্গে তাড়িত শক্তি সঞ্চার করিলে বিশেষ উপকার দর্শে। রোগী যদি ক্রমে ক্রমে আরোগ্য লাভ করিতে থাকে, তাহা হইলে পায়ের তলায় এবং পায়ের ডিম ও ঊরুর ভিতর, পৃষ্ঠে শরিরার পুলটিশ লাগাইবে। মস্তক সোজা ও অনবরত সীতল রাখিবে। যদি অধিক সময় ঘাইয়া না থাকে, তাহা হইলে এইরূপ প্রক্রিয়ার দ্বারা রোগী আরোগ্য লাভ করিতে পারিবে।

সিদ্ধি বা ভাণ্ড !

সিদ্ধিও ঔষধ মাত্রায় সেবন করিলে, উপকার দর্শে। ইহাতে ক্ষুধা বৃদ্ধি ও পাক শক্তি বৃদ্ধি করে। স্নতরাং অজীর্ণ উদরাময় রোগীর পক্ষে সিদ্ধি অল্প মাত্রায় ব্যবহার করিলে, রোগ শাস্তি হয়।

গাঁজা ও চরস।—অপকার ভিন্ন কোন উপকারই করে না। অতএব সর্বথা অসেব্য।

—০—

তামাক।—অতি অল্পদিন মাত্র আবিষ্কৃত হইলেও, তামাক পৃথিবীর সর্ব দেশে, জী পুরুষ উভয়ের মধ্যেই নানাপ্রকারে অত্যন্ত ব্যবহার্য্য হইয়া

তামাকুর ধূম পান সম্বন্ধে নানাপ্রকার মতভেদ আছে। কিন্তু অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসক স্থির করিয়াছেন যে, পরিমিতরূপে তামাক খাইলে স্বাস্থ্যের পক্ষে কোন অনিষ্ট হয় না, বরং অনেক স্থলে উপকার করিয়া থাকে। কিন্তু অপরিমিতরূপে তামাক খাইলে অপকার দর্শিবার সম্ভাবনা।

নস্যও ছর্দির পক্ষে উপকারক। কিন্তু অপরিমিতরূপে অনবরত ব্যবহার করিবে না। অনবরত নস্য লওয়া অভ্যাস করিলে স্বর বিকৃত হইয়া পড়ে। আর যিনি অনবরত নস্য লইয়া থাকেন, তাঁহাকে অপরিচ্ছন্ন হইতে হয়, স্নতরাং লোকে তাহার নিকট বসিতেও বিরক্ত বোধ করেন।

ওলাউঠার সময় সাবধানতা ।

ওলাউঠা যে প্রকার ভয়ানক রোগ সে পরিচয় কাহাকেও দিতে হয় না । প্রকৃত ওলাউঠার উপযুক্ত ঔষধ এ পর্য্যন্ত প্রকাশ হয় নাই বলিলেই হয় । কি কারণে এই ব্যাধি দেশ মধ্যে সঞ্চারিত হইয়া থাকে, এ পর্য্যন্ত তাহারও সঠিক কারণ নির্দিষ্টও হয় নাই, এ সম্বন্ধে চিকিৎসকদিগের মধ্যে নানা প্রকার মত দেখিতে পাওয়া যায় । সে যাহা হউক স্বাস্থ্য রক্ষা সম্বন্ধে বিশেষরূপ সাবধানতা অবলম্বন করিলে যে, এই ভয়ানক রোগের আক্রমণ হইতে রক্ষা পাওয়া যায়, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই ।

অত্যাশ্রয় সময় অপেক্ষা যে সময় পল্লী মধ্যে এই রোগ প্রকাশ হয়, সেই সময় বিশেষরূপে সতর্ক হওয়া আবশ্যক । রোগীর মল মূত্রাদি যে জলাশয়ে ধৌত করা হইয়া থাকে, সে জলাশয়ের জল আদৌ পান করা উচিত নহে । কারণ জলাশয়ে ঐ সকল ময়লা পতিত হইলে, জলে ওলাউঠার বীজ পতিত হয় এবং সেই জল পানাদি করিলে নিশ্চয় ওলাউঠা হইবার সম্ভব । এজন্ত কোন জলাশয়ে রোগীর মল মূত্রাদি সংযুক্ত বস্ত্র প্রভৃতি ধৌত করা সম্পূর্ণ অবৈধ । অনেক সময় এরূপ দেখা যায়, পল্লী মধ্যে কোন ব্যক্তির এই রোগ হইলে এবং তাহার বস্ত্রাদি যে জলাশয়ে ধৌত করা হয়, সেই জল পান করিয়া অবশেষে পল্লী মধ্যে রোগ বিস্তার হইয়া পড়িয়া থাকে । এইরূপ বিস্তারে পরিশেষে দেশ মধ্যে মহামারি উপস্থিত হয় । অতএব বিশেষরূপ সাবধান হওয়া আবশ্যক ।

ওলাউঠা রোগীর মল মূত্র পুতিয়া ফেলা অতি কর্তব্য । জলাশয়ে ধৌত করা কোন মতে উচিত নহে । পানীয় জল বিশোধিত করিয়া লইলে ভাল হয় ।

যে নদী বা পুষ্করিণীতে মলাদি নিক্ষিপ্ত হয়, তাহার জলপান করা কখনই উচিত নহে । এতদ্ব্যতীত পল্লী গ্রামে যে সকল জলাশয়ে পাট কিম্বা বাখারি প্রভৃতি পচাইয়া থাকে, সেই সকল জলাশয়ের জল পান করা বিপজ্জনক তাহাও মনে রাখা উচিত । যে সকল নদীতে অধিক পরিমাণে নৌকাদি যাতায়াত হইয়া থাকে, তাহারও জল দূষিত হয়, অতএব তাহা জলাশয়ের জল শোধন করিয়া ব্যবহার করা কর্তব্য ।

জলের ঝাঁব বায়ুরও বিতরিত লব্ধি সতর্ক হওয়া আবশ্যিক । দূষিত জলে যেমন নানা প্রকার পীড়া জন্মে, সেইরূপ দূষিত বায়ুও নানা প্রকার রোগের মূল তাহাও বেন মনে থাকে । অনেক সময় দেখা যায় নানা প্রকার জ্বালাদি পচিয়া তাহা হইতে এক প্রকার দূষিত বিষাক্ত বাষ্প উৎপন্ন হইয়া দেশ মধ্যে মহামারি সঞ্চার করিয়া তুলে । অতএব বায়ু বাহাতে নিশ্চল থাকে সর্বতোভাবে তাহার ব্যবস্থা করা আবশ্যিক । আবাস বাটীর চতুর্দিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিলে দূষিত বাষ্প উৎপন্ন হইতে পারে না । আবর্জনা দি দূরে পুতিয়া ফেলিলে এই অনিষ্টের হাত হইতে অনেকটা পরিভ্রাণ লাভ করা যাইতে পারে । মল মূত্রাদি হইতে যাহাতে কোন প্রকার দূষিত বাষ্প সঞ্চার হইতে না পারে, তাহার ব্যবস্থা করিতে হয় । পূর্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে, ওলাউঠা রোগীর মল মূত্র কোন জলাশয়ে ধৌত করা উচিত নহে । উহা ধৌত না করিয়া মলাদি মাটি চাপা দেওয়া আবশ্যিক এবং বস্ত্রাদি সাবান বা ক্লারে সিদ্ধ করিয়া কাচিয়া লওয়া কর্তব্য । আবাস বাটীর যে সকল স্থানে ময়লা পতিত হইয়া কিম্বা জমিয়া থাকে, তথার কার্বলিক পাউডার মধ্যে মধ্যে ছড়াইয়া দিলে অনেকটা উপকার হয় । এই পাউডার ডাক্তারখানায় ও বেনের দোকানে বিক্রয় হইয়া থাকে, দামও প্রতি সের তিন চারি আনার অধিক নহে । প্রতিদিন প্রাতে ও সন্ধ্যাকালে গৃহে অর্ধেক গন্ধক ও অর্ধেক ধূনার গুঁড়া পোড়ান ভাল । আমাদের দেশে গ্রহ শাস্তি জন্য যে হোমবিধি প্রচলিত আছে, তদ্বারাও বিস্তর উপকার হইয়া থাকে । বিস্তর গব্য ঘৃত দগ্ধ করিলে তাহা হইতে যে এক প্রকার সৌগন্ধ নির্গত হইয়া থাকে, তাহা হুর্গন্ধনাশক ।

ওলাউঠার সময় রাজিকালে যে স্থানে শয়ন করা যায়, তাহার সম্মুখের দ্বারাদি খুলিয়া রাখা উচিত নহে । সচরাচর প্রায় দেখা যায় কালগুন বাসের শেষ হইতে বৈশাখ পর্যন্ত ওলাউঠার প্রবল সঞ্চার হইয়া থাকে, একত্র প্রায়ই দেখা যায় অনেকেই শরনের সময় প্রাণত্যাগ বশতঃ জানালাদি খুলিয়া শয়ন করিয়া থাকেন, তাঁহারা মনে করেন একটু শীতল হইলেই উহা বন্ধ করিয়া দিবেন । কিন্তু অবশেষে নিদ্রাভিত্ত হইয়া পড়েন,

সুতরাং ইহার ফল এই হয় যে, বাহিরের শীতল বাতাস লাগিয়া শরীর এত ঠাণ্ডা করিয়া তুলে যে, দেহের আন্তরিক তাপ ঘুচিয়া গিয়া অত্যন্ত শীতল হইয়া পড়ে, তাহাতে সহজেই ওলাউঠা রোগ আক্রমণ করিয়া থাকে। অনেকেই লক্ষ্য করিয়া দেখিবেন যে, অধিকাংশ ব্যক্তিরই ওলাউঠা প্রায় রাত্রির শেষে হইয়া থাকে। ওলাউঠা সঞ্চারে রাত্রিকালে নিদ্রিতাবস্থায় বাহিরের শীতল বাতাস লাগাইলে যে, কি ভয়ানক বিপদের সম্ভব তাহা এখন গৃহস্থগণ বেশ বুঝিতে পারিলেন।

যে বাতাস আমাদের জীবন স্বরূপ, যাহার অভাবে আমরা কোনক্রমেই জীবন ধারণ করিতে পারি না, সেই বাতাস আবার দূষিত হইলে আমাদের জীবন নাশের কারণ হইয়া উঠে। অতএব বায়ুর বিশুদ্ধতা রক্ষা করিবার জন্য কোন প্রকার আবর্জনা সঞ্চয় করিয়া রাখা উচিত নহে। জন দূষিত হইবার যেমন নানাবিধ কারণ প্রদর্শিত হইয়াছে, সেইরূপ অনেকগুলি কারণে বায়ুও বিদূষিত হইয়া উঠে।

(১) আবাস বাটীর চতুর্দিক অপরিষ্কার থাকিলে, বায়ু দূষিত হইয়া থাকে।

(২) অর্ধ অর্ধাং সঁাতাহানে বাস করিলে তথা হইতে এক প্রকার সজল বায়ু উখিত হয়, তাহা স্বাস্থ্যের পক্ষে মহা অনিষ্টকারী।

(৩) এক গৃহে অধিক লোক শয়ন করিলে পরস্পরের শ্বাস প্রশ্বাসে বায়ু বিবাক্ত হইয়া উঠে।

(৪) গৃহের ঘরাদি পরস্পর ক্রজু না থাকিলে স্থলস্বরূপ বায়ু সঞ্চার হইতে পারে না, সুতরাং বন্ধ বাতাস ক্রমে দূষিত হইয়া থাকে।

(৫) রাত্রিকালে বৃদ্ধতলে শয়ন করিলে এক প্রকার বিবাক্ত বায়ু শরীরে প্রবিষ্ট হইয়া অনিষ্ট করিয়া তুলে।

(৬) যে ঘরে রোগী থাকে, তথাকার বাতাসও ধারাপ হইয়া থাকে।

(৭) যে গৃহে সর্দঙ্গ আগুন থাকে, তথাকার বায়ুও অস্বাস্থ্যকর।

উপরে যে সাতটা মোটামুটি কারণ দেখান গেল, তন্মিত্ত আরও অনেক কারণে বায়ু বিদূষিত হইয়া থাকে। বিদূষিত বায়ু যে ওলাউঠা প্রভৃতি

বহুবিধ মারাত্মক রোগ আক্রমণ করিয়া থাকে, তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে থাকে।

যে গৃহে ওলাউঠার রোগী থাকে, তথায় এক বুড়ি কাঠের কয়লা রাখিলে বায়ু বিশোধিত হয়। রোগীর মল, মূত্র এবং শ্বাস প্রবাহে বাহ্যতে বায়ু দূষিত হইতে না পারে, সে জন্য সৌগন্ধ দ্রব্য গৃহে রাখা ভাল।

কেবল যে, জল ও বায়ুর প্রতি দৃষ্টি রাখিলেই ওলাউঠার হস্ত হইতে মুক্তি লাভ করিতে পারা যায় এরূপ নহে। এ সম্বন্ধে অনেক বিষয়ে দৃষ্টি রাখিতে হয়। যে যে বিষয়ে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক, আমরা তাহার স্থূল স্থূল বিষয় উল্লেখ করিয়া—গৃহস্থস্বর্গকে সাবধান হইতে অনুরোধ করিতেছি।

আহার সম্বন্ধে—সাবধানতা অবলম্বন করা যে, একটা গুরুতর প্রয়োজন তাহা বোধ হয়, নিত্যন্ত বালকে পর্যন্তও বুঝিতে পারে। আহারের দোষে যে, অনেক সময় এই ভয়ানক রোগের আক্রমণে পড়িতে হয়, তাহা বোধ হয় অনেকেই প্রত্যক্ষ করিয়াছেন। ওলাউঠা সঞ্চারের সময় কোন প্রকার গুরু-পাক দ্রব্য আহার করা উচিত নহে। বাহ্য সহজে পরিপাক হয়, অথচ বেশ স্বাস্থ্য-কর এরূপ দ্রব্য পরিমিত আহার করা আবশ্যক। কদম্ব্য দ্রব্য আহার করিলে যে, রোগকে ডাকিয়া আনা হয়, তাহা যেন সকলের মনে থাকে। এই সময় অধিক রাতে আহার করা সম্পূর্ণ অত্যাচার। যে ছুইবার আমরা আহার করিয়া থাকি, তাহার একটা নির্দিষ্ট সময় নিরূপণ থাকা আবশ্যক।

যে সকল খাদ্য সহজে জীর্ণ হয় না এরূপ কাঁচা ফল, খেঁসারি, মটর প্রভৃতি দাইল, পচা মংস্ত্র এবং বাসী ছদ্মাদি কোন মতেই খাওয়া উচিত নহে। ছাত্ত, কড়াই-ভাজা, চিড়া, মুড়ী, মুড়কী, চাউল ভাজা, অথবা শিম, বরবটি, কঁঠালের বিচি ও মটর প্রভৃতি ভাজা, নানা প্রকার পিষ্টক, নানাবিধ মিষ্টসামগ্রী, উষ্ণ দ্রব্য, কিম্বা আধ মিষ্ট দাইল, চর্কিয়ুক্ত মংস্ত্র বা মাংস, শাক, বিলাতী-কুমড়া, কাঁচা কিম্বা আধপাকা ফল, কাঁঠাল আতা প্রভৃতি বাহ্য আহার করিলে পেটের অন্থ হইবার সম্ভব, তৎসমুদায়—একেবারে আহার নিষেধ। পানীয় দ্রব্যের মধ্যে মদ, তণ্ডু চা বা কাফি পান নিষেধ,

এমন কি পরিষ্কার জলও অধিক পরিমাণে পান করিলে উদরের অন্থ জন্মায়। লোনা, পটা, মড়া বা স্কানার মত মাসও অজীর্ণকর এবং পরিত্যজ্য।

এই সময় অতিরিক্ত পরিশ্রম করা অবৈধ। বাহাতে শরীর দুর্বল হয় এরূপ কাজ করা অত্যন্ত অনিষ্টকর। স্নতরাং রাত্রি জাগরণ ও রমণ প্রভৃতি পরিত্যাগ করা ভাল।

যে স্থানে এই ভয়ানক রোগ দেখা দেয়, সে স্থান পরিত্যাগ করিতে পারিলেও বিশেষ উপকার।

ওলাউঠার রোগীকে যে সকল ব্যক্তি সেবা শুশ্রূষা করিয়া থাকে, তাহারা খাদ্যাদি প্রস্তুত করিলে, হস্ত পদাদি উত্তমরূপে ধোত করিয়া তাহা করা উচিত। কারণ ওলাউঠার বীজ যেন তাহাদিগের হস্তের সহিত খাদ্যাদিতে সঞ্চার হইতে না পারে। মেলা প্রভৃতি বহু লোক সমাগম স্থানে এই রোগ দেখা দিলেই তৎক্ষণাৎ সে স্থান পরিত্যাগ করা উচিত।

দুর্বল শরীরে সহজেই নানা প্রকার রোগ আশ্রয় করিয়া থাকে, স্নতরাং অতিরিক্ত শারীরিক ও মানসিক পরিশ্রমে যদি দেহ তন্ময় থাকে, তবে সহজেই এই রোগ আক্রমণ করিতে পারে।

বালকদিগকে অধিক রাত্রি জাগরণ করিয়া, পাঠ্যভ্যাস করিতে দেওয়া উচিত নহে। বাহাতে স্ননিদ্রা হয়, তাহার ব্যবস্থা করিতে হয়। নিদ্রা হইতে ব্যাঘাত জন্মিলে শীতল জলে হস্ত পদাদি প্রক্ষালন করত শয়ন করিলে স্ননিদ্রা হইতে পারে। কোন প্রকার হুশিষ্টতা মনে উদয় হইলে তাহা পরিত্যাগ করত ঈশ্বর চিন্তায় মনোনিবেশ করিলে ক্রমে ক্রমে নিদ্রা আসিয়া উপস্থিত হইবে।

ওলাউঠার সময় তীব্র বিরেকচ ঔষধ লওয়া উচিত নহে। কোষ্ঠ পরিষ্কার না হইলে মূছ বিরেকচ জোলাপ লওয়া উচিত। সহজ অবস্থায় একবার-মাত্র পাতলা বাহুে অথবা বমি হইলে তৎক্ষণাৎ ঔষধ সেবন করা আবশ্যিক। অনেকে এইরূপ অবস্থায় তাচ্ছিল্য করিয়া পরিশেষে এই ভয়ানক ব্যাধির গ্রাসে পতিত হইয়া জীবন হারাইয়া থাকেন।

ওলাউঠা সন্ধারে কোন মতেই ভয় পাওয়া উচিত নহে। ভয় করিলে লাভের মধ্যে এই হয় যে, যদিও রোগ হইতে বিলম্ব থাকে, তবে তাহাকে বন্ধ করিয়া ডাকিয়া আনা হয়। ভয় যে একটি ওলাউঠা রোগের কারণ তাহা যেন মনে থাকে। অতএব মনে সাহস থাকা আবশ্যক। সর্বদা আমোদ-জনক বিষয়ে মনোনিবেশ রাখিতে হয়।

ওলাউঠা অতি ভয়ানক রোগ; অতএব ইহার আক্রমণ হইতে এক মুহূর্ত্ত সময়ও অপব্যয় না করিয়া প্রথম হইতেই সূচিকিংসকের দ্বারা চিকিৎসার ব্যবস্থা করা আবশ্যক। আমাদের বিবেচনায় প্রত্যেক পরিবারেই এই রোগের মোটামুটি চিকিৎসা জানিয়া রাখা গুরুতর কর্তব্য। এজন্য আমরা গৃহস্থালীতে উহার এমন সহজ চিকিৎসার উপায় শিখাইয়া দিব যে, তাহা সকলেই অনায়াসেই শিখিতে পারিবেন। ওলাউঠা সন্ধারে সাবধানতা সম্বন্ধে যে সকল বিষয় লিখিত হইল, এক্ষণে তাহার স্থূল স্থূল জ্ঞাতব্য নিয়ম কয়টী উল্লেখ করিয়া আমরা এ প্রস্তাব শেষ করিব। চিকিৎসা প্রণালী অন্য স্থানে লিখিত হইবে।

(ক) শরীর, কাপড়, ঘর, বিছানা প্রভৃতি সর্বদা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিবে।

(খ) নূতন চাউলের কিম্বা পাস্তাভাত, অত্যন্ত শীতল অথবা অত্যন্ত গরম জিনিস, কাঁচা বা পচা ফল, পচা, শুকটে বা তেলাল মাছ, অথবা চর্কি ওয়ালা মাংস, তেলে ভাজা দ্রব্য, পিয়াজ, রসুন, বিলাতী বা মিঠা কুমড়া প্রভৃতি তরকারী এবং যাহা সহজে জীর্ণ হয় না এরূপ গুরু-পাক দ্রব্য আহার করিবে না।

(গ) নিয়মিত পুষ্টি-কর আহার করিবে।

(ঘ) শীতল জলে স্নান করিবে। অধিকক্ষণ জলে থাকিবে না।

(ঙ) ধারাপ জলে স্নান অথবা সেই জল পান করিবে না।

(চ) অনিয়মিত পরিশ্রম, কিম্বা হুস্টিজ্ঞা না করিয়া সর্বদা শান্তভাবে থাকিবে।

(ছ) অধিক রাজি জাগরণ, অনিয়মিত রমণ কিম্বা সুরা প্রভৃতি মাদক দ্রব্য সেবন করিবে না।

(জ) এক ঘরে অধিক লোক বাস কিম্বা নিদ্রা যাওয়া উচিত নহে ।

১ [ঝ] শরীরে অধিক হিম লাগাইবে না ।

[ঞ] কোন স্থানে মহামারি আরম্ভ হইলে যত শীঘ্র পার সে স্থান ত্যাগ করিবে ।

[ট] রোগীর মল মূত্রাদি সংযুক্ত বস্ত্রাদি চব্বিশ ঘণ্টার অধিকক্ষণ না রাখিয়া পুড়াইয়া ফেলিবে । মল ও বমি মাটি চাপা দিবে ।

[ঠ] একবার পাতলা বাহে বা বমি হইলেই সতর্ক হইবে ।

[ড] প্রতিদিন প্রাতে ও সন্ধ্যাকালে ঘরে গন্ধক ও ধূনা পুড়াইবে ।

[ঢ] সর্বদা কপূরের ঘ্রাণ লইবে ।

কুমি ।

কুমি অতি যন্ত্রণাদায়ক শত্রু ; উদরে কুমি জন্মিলে নানা প্রকার অসুখ আনয়ন করিয়া থাকে । এজন্ত ইহার আক্রমণ হইতে রক্ষা পাইবার নিমিত্ত সর্বদা সাবধান থাকা আবশ্যক ।

সচরাচর দেখা যায়, ছেলেদেরই এই রোগ অধিক পরিমাণে হইয়া থাকে । দূষিত খাদ্যাদিতে যে, কুমি জন্মাইয়া থাকে, তাহা যেন প্রত্যেক গৃহস্থের মনে থাকে । আমরা যে সকল দ্রব্য আহাৰ করিয়া থাকি, তাহার সঙ্গে কুমির বীজ উদরে প্রবিষ্ট হইয়াই উহা উৎপন্ন হইয়া থাকে । পানীয় জল, দুধ এবং নানাপ্রকার আঁচাকা খাদ্য দ্রব্যে কুমির বীজ পতিত হয়, কখন কখন একরূপও ঘটিয়া থাকে, অর্থাৎ পতঙ্গাদি অন্ত্র হইতেও উক্ত বীজ লইয়া খাদ্যাদিতে দিয়া যায় । পরে সেই সকল খাদ্য উদরে প্রবিষ্ট হইলে উক্ত বীজ ইহঁতে কুমি সঞ্চার হইতে থাকে । পরে তাহাদিগের বংশ বৃদ্ধি হইয়া অসংখ্য কুমি উৎপন্ন হয় ।

এদেশে দোকানে যে সকল মিষ্ট দ্রব্য এবং আধপচা ফল বিক্রীত হইয়া থাকে, তৎ সমুদায় প্রায় স্তম্ভরূপ আচ্ছাদিত থাকে না, স্নতরাং নানা-প্রকার কীট পতঙ্গ তাহাতে আসিয়া বসিয়া থাকে । এইরূপ কীট পতঙ্গাদির সঞ্চার যে, মহা অনিষ্ট-কর, তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন । অত-

এব স্বাস্থ্য ভাল রাখিতে ইচ্ছা হইলে দোকানের আ-ঢাকা মিষ্ট দ্রব্যাদি আহার না করিয়া ঐ সকল গৃহে প্রস্তুত করিয়া লইলে কোন প্রকার স্বাস্থ্য ভঙ্গের আশঙ্কা থাকে না। আমাদের দেশের শিশুরা সর্বদা যেরূপ মিষ্ট খাইয়া থাকে, তাহাতে তাহাদের নানাপ্রকার রোগ উপস্থিত হয়। এজন্য শিশুদিগের আহার সম্বন্ধে গৃহস্থগণের বিশেষরূপ সাবধান হওয়া আবশ্যক।

কুমির মধ্যে কয়েকটি জাতি দেখিতে পাওয়া যায়। মলদ্বারে সূতার মত যে কুমি জন্মে, লবণ জল, চূণের জল, সিকাঁজল এবং তিক্তরস মিশ্রিত জলের পিচকারী তথায় প্রবিষ্ট করাইলে ঐ সকল কুমি বিনষ্ট হইয়া থাকে। কারণ এই ক্ষুদ্র জাতীয় কুমি মলদ্বারের অতি নিকটেই থাকে। শিশুদিগের নিদ্রাবস্থায় বড় যত্নসাধ্য দায়ক হয়। এজন্য মলদ্বারে তৈল অথবা ভিজা নেকড়া দিয়া রাখিলেও উপশম হয়।

আর এক প্রকার কুমি জন্মে, তাহা গোলাকার এবং বড় বড়। এই জাতীয় কুমি নষ্ট করিতে হইলে এক কিঁষা দুই গ্রেণ স্যাণ্টোনাইন, চারি পাঁচ গ্রেণ রেউচিনি অথবা কাশীর চিনির সহিত মিশাইয়া দুই তিন দিন প্রত্যহ দুই তিনবার করিয়া সেবনের পর, কাষ্ঠের অইলের জোলাপ দিলে কুমি মরিয়া যাইবে।

আর এক জাতি কুমি আছে, তাহা ফিতার মত দেখিতে। উহা সাত আট হাত লম্বা হইয়া থাকে। বাহার কাঁচা কিঁষা অর্দ্ধ সিদ্ধ মাংস আহার করিয়া থাকে, তাহাদিগের পেটেই ঐ কুমি উৎপন্ন হইতে দেখা যায়। কিন্তু বিজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শে এই কুমির চিকিৎসা করা উচিত।

কুমি রোগে ছেলেদের শরীর শীর্ণ করিয়া তুলে। এজন্য তাহাদিগের খাদ্যাদির প্রতি দৃষ্টি রাখিতে হয় এবং সেই সম্বন্ধে পেটে যে সকল কুমি জন্মিয়াছে, তাহার বিনাশ করিতে হয়। উদরে কুমি জন্মিলে কয়েকটি লক্ষণ দ্বারা তাহা জানিতে পারা যায়, অর্থাৎ মলদ্বার ও প্রস্রাব দ্বার সর্বদা চুলকাইতে থাকে, অর্থাৎ শুড়শুড় করে, গলার ভিতর যেন পুটলি পুটলি হইতে থাকে, সর্বদা বমির ইচ্ছা হয়, মুখে জল উঠে, নাক চুলকাইয়া থাকে। কখন কখন শিশুরা নিদ্রিতাবস্থায় প্রস্রাব ত্যাগ করে। পিপাসা, মন্দাগ্নি,

মুখে দুর্গন্ধ, হাত পা সোঁক সোঁক হয়, এবং পেটে বেদনা ও নিদ্রিতাবস্থায় ^{৩৯} চর্মকিয়া চর্মকিয়া উঠে, দাঁত কিড়মিড় করিতে থাকে। এই সকল লক্ষণ দেখিলেই চিকিৎসা করা আবশ্যক।

বন্ বন্ খাওয়াইলেও কুমি নিবারণ হইয়া থাকে। নালিতা, সিউলি ফুলের পাতার রস প্রভৃতি তিক্ত দ্রব্য কুমির মহৌষধ। যে চূণ, পানে খাওয়া যায়, একখানি নূতন সরাত্রে খানিকটা সেই চূণ রাখিয়া পূর্ব দিন তাহার উপর বেশী করিয়া জল ঢালিয়া রাখিলে পরদিন দেখা যাইবে, তাহা থিতাইয়া রহিয়াছে, তখন তাহা একখানি পরিষ্কার নেকড়ায় ছাঁকিয়া সেই জল খালি পেটে সেবন করিলেও কুমি নিবারণ হইয়া থাকে। আনারসের পাতার রস মিছরির গুঁড়ার সহিত সেবন করিলেও উপকার দর্শে। সোম-রাজের বীজ লরণের সহিত খাইলেও উপকার হইয়া থাকে।

কুমি যে কত প্রকার এবং উদরের কোন্ স্থানে অবস্থিতি করে, তাহা জানিবার তত প্রয়োজন নাই, তবে যে সকল লক্ষণ লিখিত হইল, ঐ সকল লক্ষণ উপস্থিত হইলে চিকিৎসা করা আবশ্যক।

অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসকের মতে কুমি বিনাশ করিতে হইলে প্রথমে ক্যাষ্টর অইল দ্বারা জোলাপ দেওয়া উচিত। কারণ প্রথমে জোলাপ দিলে মল নির্গত হওয়ায় কুমি সকল পরিস্কৃত অবস্থায় থাকে, জোলাপের পর দিন সেন্ট-নাইন পূর্বোল্লিখিত পরিমাণে সেবন করাইলে বিশেষ উপকার হইয়া থাকে। মলের মধ্যে কুমি অবস্থিতি করিলে ঔষধে অধিক কাজ করিতে পারে না। জোলাপের পর সেবন করাইলে নিশ্চয় কুমি মরিয়া যায়। মরা কুমি আপনা হইতেই নির্গত হয়। কিন্তু কুমির ঔষধ সেবন করাইয়া পরে আর একবার জোলাপ দিলে মরা কুমি সমুদায় নির্গত হইয়া পড়ে। লিখিত নিয়মে চিকিৎসা করিলে যদি উপকার না দর্শে, তবে সময় নষ্ট না করিয়া সূচিকিৎসকের পরামর্শ লইয়া চিকিৎসা করা উচিত।

গবাদি পশুর কাশ রোগ।

কাশ রোগাক্রান্ত হইলে গবাদি পশু অত্যন্ত কষ্ট পাইয়া থাকে। বিশে-

যতঃ বাছুর কিম্বা মেঘ শাবকের হইলে তাহাকে গলাফুলা কহিয়া থাকে। গলাফুলা রোগের প্রতিকার না করিলে শেষে কাশি রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে। বাছুরের কাশি রোগ উপস্থিত হইলে শ্বাস নালীতে এবং তাহার নানা শাখায় স্রুতার মত কুমি থাকাতে যন্ত্রণা হইয়া থাকে।

কারণ।—বাছুর কিম্বা মেঘের কাশি হইলে প্রায়ই খাইবার সময় আহা-রের সহিত অথবা অথ কোন প্রকারে স্রুতার ছায় ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুমির ডিম উদ-রস্থ হইয়া কুমি জন্মে। সেই কুমি শ্বাস নালীতে গেলে এই রোগ হইয়া থাকে।

যুবা কিম্বা বৃদ্ধ গবাদির কাশ রোগ হইলে, কিম্বা গরম হইতে হটাৎ ঠাণ্ডা লাগাইলে অর্থাৎ বৃষ্টির সময় কি শীতে বাহিরে থাকাতে বা গরম গায়ে সহসা শীতল বাতাস লাগাতে অথবা অথ যে কারণে সর্দি ও গলাফুলা রোগ হয়, সেই কারণেই কাশ রোগ হইয়া থাকে। কখন কখন আবার একরূপও দেখা যায়, গলাফুলা রোগের সঙ্গে সঙ্গে এই রোগ উপস্থিত হইয়া থাকে।

লক্ষণ।—গবাদি পশুর এই রোগ হইলে গলাফুলা রোগের ছায় লক্ষণ দেখা যায়। এই রোগে প্রথমে শুষ্ক অর্থাৎ কাট কাশি ও গলায় কৰ্ কৰ্ শব্দ হইতে থাকে। পশু সর্বদাই হাঁস ফাঁস করিতে থাকে এবং গলার নীচে কাণ পাতিলে এক প্রকার ফোঁস ফোঁসানি শব্দ শুনিতে পাওয়া যায়। শ্বাসনালী, তাহার নানা শাখা ও ঝিল্লী শ্লেষ্মা পূর্ণ হয়, তজ্জন্ত অল্প সময় পরে কাশি নরম হইয়া গলা ঘড় ঘড় করিতে থাকে। রোগাক্রান্ত পশু কাশিলে পর নাকের ছিদ্র এবং মুখ দিয়া শ্লেষ্মা ও কফ পড়িতে থাকে।

বাছুর কিম্বা মেঘের কাশ রোগ হইলে অর্থাৎ স্রুতার মত ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুমি জন্মিয়া রোগ উপস্থিত করিলে সর্বদাই কাট কাশি হইতে থাকে। ঘন ঘন কাশি হয়, ঐ কাশির শব্দ অর্ধেক কাশি এবং অর্ধেক ফোঁস ফোঁস শব্দ। পশু সহজে কাশিবার জন্ত সন্মুখের পা বাড়াইয়া দিয়া হাঁটু বাঁকাইয়া মাথা ও গলা বাড়াইয়া অল্প নীচু করিয়া থাকে। শ্বাসনালির মধ্যে গাঢ় শ্লেষ্মার সঙ্গে ক্রেশ-জনক যে কীট থাকে, তাহা এই প্রকারে কাশিয়া তুলিয়া ফেলিতে চেষ্টা করে। পশু ক্রমশঃ ক্লান্ত ও অস্থি-চর্শ্ব সার হয় এবং সচরাচর দুই তিন সপ্তাহের মধ্যে মরিয়া যায়।

পালের মধ্যে একটি পশুর এই রোগ হইলে অন্যান্য পশুকেও আক্রমণ করিয়া থাকে। এজন্য কাশ-রোগাক্রান্ত পশুকে পাল হইতে পৃথক রাখাই সুব্যবস্থা। রোগ কঠিন আকারে উপস্থিত হইলে গলা ও ঘাড়ের নীচে তপ্ত লৌহ দ্বারা পোড়াইয়া দেওয়া ভাল। অথবা নিম্ন লিখিত ঔষধটি ঘাড়ের নীচে ও গলদেশে মলিয়া দেওয়া উচিত।

ঔষধ ।

তেলাপোকা	এক ভাগ।
মসিনার তৈল	ছয় ভাগ।
মোম	ছয় ভাগ।

মোম গলাইয়া তৈলের সঙ্গে মিশাইয়া তাহাতে তেলাপোকা কেলিয়া দিয়া ঔষধ প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে। যখন রোগ কঠিন বোধ হইবে, তখন এই ঔষধ ও পোড়ান উভয় প্রকার ব্যবস্থা করিতে পারা যায়।

উপরি লিখিত ঔষধে কোন ফল না দর্শিলে নিম্ন লিখিত ঔষধ ব্যবস্থা করিতে পারা যায়।

ঔষধ ।

তর্পিণ তৈল	এক ছটাক।
মসিনার তৈল	তিন ছটাক।

উভয় প্রকার তৈল এক সঙ্গে উত্তমরূপে মিশাইয়া একসের গরম মাড়ের সহিত দুই কিম্বা তিন দিন অন্তর দেওয়া যাইতে পারে।

এই রোগে পশুকে ভাল স্থানে অর্থাৎ যেখানে বিপুল বায়ু সঞ্চারিত থাকে, আর মল মূত্রজনিত ময়লা না থাকে, একরূপ স্থানে পশুকে রাখার ব্যবস্থা করিতে হইবে।

রাত্রিতে শীত হইলে শুষ্ক বিচালি পাতিয়া এবং পশুর গায়ে একখানি কম্বল ঢাকিয়া দেওয়া আবশ্যিক। ভাত, তিষি কিম্বা ভুষির মাড় আহার

করিতে দেওয়া উচিত। প্রয়োজন হইলে হিরাকসের গুঁড়া ছয় আনা এবং চিরতার গুঁড়া সওয়া তোলা এক সঙ্গে মিশাইয়া ঐ মাড়ের সহিত মিশ্রিত করিয়া দিতে পারা যায়। এই ঔষধ অত্যন্ত অগ্নি-বর্দ্ধক।

স্বাসনালীতে হৃতার ত্রায় স্বস্ত্র স্বস্ত্র কীট জন্মিয়া বাছুর কি মেঘ শাবকের রোগ হইলে গবাদির নিমিত্ত এক ছটাক তর্পিণ ও তিন ছটাক মসিনার তৈল এক সঙ্গে মিশাইয়া মাড়ের সঙ্গে খাওয়াইতে হইবে। আর মেঘের হইলে মসিনার তৈল এক ছটাক এবং তর্পিণ তৈল এক কাঁচা এক সঙ্গে মিশাইয়া মাড়ের সহিত সেবন করাইলে মেঘের কৃমি রোগ নিবারণ হইয়া থাকে।

এই রোগে পশুকে কোন ঘরে রাখিয়া চারিধারের দ্বারাদি বন্ধ করত গন্ধকের ধূয়া দিলেও অনেক উপকার হইয়া থাকে। আন্দাজ আধ ঘণ্টা পর্যন্ত তাহাদের নাকে ধূয়া গেলে যদি অধিক কাশিতে থাকে, তবে আর ধূয়া না দিয়া গৃহের দ্বার খুলিয়া দেওয়া আবশ্যক।

গবাদি পশুর কাশ রোগে তাচ্ছিল্য ভাব প্রকাশ করা উচিত নহে; কারণ প্রথমে ইহা সামান্য আকারে উপস্থিত হয়, পরিশেষে রোগ প্রবল হইলে পশুর জীবন পর্যন্ত নষ্ট করিতে পারে। বিশেষতঃ বাছুর কিম্বা বৃদ্ধ পশুর রোগ হইলে সহজেই দুর্বল করিয়া তুলে।

গৃহপালিত পশুর মধ্যে গো-জাতি আমাদের অত্যন্ত উপকারী। এজন্য সর্বতোভাবে তাহাদিগকে প্রতিপালন করা আবশ্যক।

ধাত্রী বা শিশুপালিকা।

ইয়ুরোপে প্রায় সকল ভদ্র পরিবারেই শিশু পালনের জন্য সুশিক্ষিতা স্ত্রীপুণা ধাত্রী নিযুক্ত হইয়া থাকে। ধাত্রী পরিচারিকাদিগের মধ্যে সর্ব প্রধান ব্যক্তি, তাহার কার্য্যও অতি গুরুতর। আমাদের দেশে গৃহস্থের মধ্যে মাতাই ধাত্রীর কার্য্য করিয়া থাকেন। প্রাচীন পুরাণ ও কাব্যাদিতে ধাত্রী বা ধাত্র্যিকাকে আমরা প্রায়ই দেখিতে পাই। তাহাতেই নিশ্চয় করা যায় যে, পূর্বকালে শিশুপালনের জন্য আমাদের দেশেও

ধাত্রী নিযুক্ত হইত। এক্ষণেও ধনবান্দিগের গৃহে শিশুপালনের জন্য ধাত্রী নিযুক্ত হইয়া থাকে। অন্ততঃ শিশু অনেক দিন পর্য্যন্ত দাসী বা দাসের অধীনে পালিত হইয়া থাকে। সুতরাং ধাত্রীর গুণাগুণ আমাদেরও জানিয়া রাখা অবশ্য কর্তব্য। গৃহস্থ লোকের মধ্যে মাতাই ধাত্রীর কাজ করিয়া থাকেন, অতএব তাঁহারও শিশুপালন পক্ষে জ্ঞান থাকা আবশ্যক।

যে সকল পরিবারে ধাত্রী নিযুক্ত হইয়া থাকে; শিশু স্তন ছাড়িলেই ধাত্রী তাহার লালন পালনের ভার প্রাপ্ত হয়। তখন ধাত্রীই তাহাকে স্নান করায়, কাপড় পরায়, আহার করায়; লইয়া বেড়াইয়া বেড়ায় এবং সে যাহা যাহা চাহে বা তাহার যাহা যাহা প্রয়োজন হয়, বিবেচনা ও বন্দোবস্ত করিয়া তাহার সেই সকল অভাব পরিপূরণ করে।

এই সকল কার্য্য সামান্য বটে, কিন্তু রীতিমত সম্পাদন করিতে হইলে এই সকল সামান্য কার্য্যেও অনেক সঙ্গুণের আবশ্যক। ধৈর্য্য শাস্ত-স্বভাব; সত্যবাদিতা, সচ্চরিত্রতা, অতি সামান্য সামান্য বিষয়েও পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা, এবং অনুবর্তিতা ও বশীভূততা, ধাত্রীর এ সকল গুণ না থাকিলে সে কোনরূপেই শিশুপালনের উপযুক্ত নহে। সামান্য সামান্য শিল্পকার্য্যে ধাত্রীর নৈপুণ্য থাকা আবশ্যক।

শিশুকে কিরূপে ক্রোড়ে করিলে বা ক্রোড়ে করিয়া বেড়াইলে তাহার বা নিজেরও কষ্ট হইবে না, ধাত্রীর সে জ্ঞান থাকা নিতান্ত প্রয়োজনীয়। যদি ধাত্রী শিশুকে সোজা ভাবে বাহর উপর বসাইয়া বুকের উপর অত্যন্ত চাপিয়া রাখে, তাহা হইলে শিশুর পাকস্থলী সঙ্কুচিত এবং পৃষ্ঠে শ্রান্তি বোধ হইবার সম্ভাবনা। নিপুণা ধাত্রী তাহার নিজের কষ্ট নিবারণের জন্ত বাহু পরিবর্তন করে। অর্থাৎ শিশুকে এক বাহু হইতে অগ্র বাহুতে লয়; কখন কখন মস্তক কিঞ্চিৎ উন্নত রাখিয়া দুই বাহুতেই তাহাকে শয়ন করায়। যখন শিশুকে হাত ধরিয়া চলন শিখাইতে হইবে, তখন ক্রমাগত এক হাত ধরিয়াই চলাইবে না; কারণ তাহা হইলে তাহার এক স্বক অগ্র স্বক অপেক্ষা অধিক উন্নত হইতে পারে। চলন শিক্ষা পক্ষে হাত ধরিয়া

শিখানই কর্তব্য; দড়ি বা অশ্রু কোন রূপ উপায় অবলম্বন করিবে না; কারণ শিশু তখন ভালরূপ অঙ্গ চালন করিতেই অসমর্থ, সুতরাং দড়ি ধরিবার জন্য তাহাকে জোর করিয়া হস্তাদি প্রসারণ করিতেই হইবে।

অনেক শিশুর মন্দ স্বভাব থাকে; সে সকল সংশোধন করা অবশ্য কর্তব্য। কিন্তু ধমক দিয়া সংশোধন করিবার চেষ্টা করিলে, সুফল না ফলিয়া বরং কুফলই ফলিয়া থাকে। অতএব স্বভাব সংশোধন পক্ষে স্নেহ, অধ্যবসায় ও ধৈর্য্যগুণ নিতান্ত প্রয়োজনীয়। শিশুর সামান্য সামান্য দোষের মধ্যে আঙ্গুল চোষা একটি মন্দ স্বভাব। এই স্বভাব সংশোধন করিতে হইলে, কোনরূপ জোর না করিয়া, আঙ্গুলে একটু তিক্ত দ্রব্য মাখাইয়া দিবে। এইরূপ উপায়েই অন্যান্য স্বভাবও সংশোধন করিবে। কোন কোন শিশু স্বভাবতঃ অপরিষ্কার ও অপরিচ্ছন্ন; হয় ত অনর্থক কাদা মাটি না হয় ত নিজেরই মলমূত্র চটকাইয়া গাত্রে মাখিয়া থাকে। ধৈর্য্য ও অধ্যবসায়ের সহিত ক্রমে ক্রমে এই মন্দ স্বভাব সংশোধন করিতে হইবে। ধাত্রী এই সকল বিষয়ে কখনই শিশুকে প্রহার বা তাহার অন্য কোন রূপ দণ্ড করিবে না। কেবল এই সকল বিষয়েই অথবা অন্য কোন বিষয়েই শিশুর উপর কোন রূপ জোর করিবে না। যেমন জোর করা অকর্তব্য; অত্যন্ত প্রশ্রয় বা নাই দেওয়া, কিম্বা তাহার মতেই চলা, ধাত্রীর পক্ষে তেমনই দূষণীয়। শিশু নানারূপ আবদার করিয়া থাকে; তাহার সমস্ত আবদার পূরণ করা কোনরূপেই কর্তব্য নহে। তাহাতে শিশু সকলকেই আপনা অপেক্ষা হীন ও নিকৃষ্ট মনে করিতে শিক্ষা করিবে; সুতরাং ধাত্রী এই বিষয়ে বিশেষ সাবধান হইবে। শিশুকে কুকুর বিড়াল মারিতেও দিবে না। দেখিতে পাওয়া যায়, শিশু পড়িয়া বাইলে, ধাত্রী, মাতা, অন্যান্য আত্মীয় ব্যক্তি তাহাকে শাস্ত করিবার জন্য বলিয়া থাকেন, ঐ স্থানে লাধি মার। কিন্তু উপরোক্ত কারণে এইরূপ আচরণ নিতান্ত দূষণীয়। ধাত্রী সামান্য সামান্য বিষয়ে শিশুকে কখনই ভয় দেখাইবে না। কারণ তাহাতে শিশুর মনে অতি ভুচ্ছ ভয়ের সঞ্চার করিয়া তাহাকে ভীক করিয়া তুলিবে। অতএব সামান্য সামান্য ভয়ের বিষয় বাহাতে শিশুর সমক্ষে উপস্থিত না হয়,



ধাত্রী তৎ পক্ষেই সাবধান থাকিবে এবং যদিও উপস্থিত হয়, তাহা হইলে শিশু যাহাতে ভীত না হয়, তাহারই চেষ্টা করিবে।

ধাত্রী শিশুকে যতদূর সম্ভব, সর্বদা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিবে। বিশেষতঃ যাহাতে সে স্বয়ং পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ভাল বাসে, তাহাকে সেইরূপ শিক্ষা দিবে। এমন কি তাহাকে এরূপ অভ্যাস করাইবে যে, পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন না থাকিলে, সে কষ্ট বোধ করে। আহার করিবার সময় শিশু আহারীয় দ্রব্য গাত্রে মাখিয়া অপরিষ্কার না হয়। ধাত্রী তৎপক্ষে বিশেষ দৃষ্টি রাখিবে অথচ সাবধান হইতে হইবে, যে, পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা অভ্যাস করিতে যাইয়া শিশু এই সম্বন্ধে বৃথা শিক্ষা না করে। অর্থাৎ যাহাকে বাবু বলে, শিশু বাল্যাবস্থাতেই সেই বাবু হইয়া না উঠে।

শিশুর স্বভাব ও প্রবৃত্তিতে যে সকল দোষ দৃষ্ট হয়, ধাত্রী কোনরূপ গোপন বা অজ্ঞানা না করিয়া শিশুর পিতা মাতাকে সে সকল সর্বদা জানাইবে। মাতা স্বয়ং ধাত্রী হইলে, তিনি অতি সতর্কতার সহিত স্বয়ং এই সকল দোষ লক্ষ্য করিবেন। যথা সময়ে দমন করিলে দোষ সকল সম্ভবই দূর হইবে। কিন্তু এই প্রকার দোষ অতি গুরুতর না হইলে, তৎপক্ষে ততদূর অহুসন্ধান করিবে না। কারণ তাহা হইলে শিশু স্বভাবত বুদ্ধিবলে অনর্থক পরের দোষ উদ্ঘাটন ও দোষ কীর্তন করা শিক্ষা করিবে। ইহা আবার মনুষ্যের পক্ষে অতি প্রধান দোষ।

ধাত্রীর কার্য যখন অনেক এবং অতি গুরুতর হইতেছে, তখন গৃহস্থের বিবেচনা ও কর্তব্য যে, ধাত্রী তাহার সমস্ত সময় এই সকল কার্যেই ব্যয় করিতে পারে। স্নাতক করা, বস্ত্র ধোত করা, গৃহ মার্জন করা ইত্যাদি অত্যাশ্রিত কার্যে ধাত্রী যাহাতে অত্রের সাহায্য পায়, তৎপক্ষে সুবন্দোবস্ত করা আবশ্যক।

• শিশু পালনের পক্ষে সামান্য সামান্য রোগের সাধারণ মুষ্টিযোগ এবং ঔষধ জানিয়া রাখা পালিকার আবশ্যক। পূর্বে আমাদিগের প্রোঢ়া গৃহিণীরা এই বিষয়ে বিলক্ষণ নিপুণা ছিলেন। এমন কি শিশু চিকিৎসা তাঁহারা নিজেই করিতেন; গুরুতর পাড়া না হইলে চিকিৎসক ডাকিতেন না।

কিন্তু ছুংথের বিষয় এক্ষণে গৃহিণীগণ এবিষয়ে কিছুই জানেন না ; সাগাখ সর্দি হইলেও ভয়ে কাঁদিয়া ব্যাকুল হন এবং ডাক্তার কবিরাজের জন্ত ব্যতি-
ব্যস্ত হইয়া পড়েন ; গৃহস্থকেও অনর্থক ব্যতিব্যস্ত করিয়া তুলেন। এক্ষণে
আমাদিগের দেশে স্ত্রী-শিক্ষা—আরম্ভ হইয়াছে। আমরা ভরসা করি অত্যাখ
শিক্ষার পক্ষে—অত্যাখ বিষয় অপেক্ষা শিশু পালন, শিশু—চিকিৎসা—ও
পথ্যাপথ্য বিষয়ে তাবিনী জননীও গৃহিণীদিগকে বিশেষ শিক্ষা দেওয়া হইবে।

শিশুর লালন পালন পক্ষে নিম্ন লিখিত বিষয়গুলি জানিয়া রাখা এবং
তৎপক্ষে বিশেষ সতর্ক হওয়া আবশ্যক।

পরিষ্কার বিগুন্ধ বায়ু, আবশ্যক মত উষ্ণতা এবং পরিষ্কার পবিচ্ছন্ন গৃহ,
পরিচ্ছন্ন, শয্যা ও দেহ, শিশুর স্বাস্থ্যরক্ষা ও দেহ পুষ্টির পক্ষে নিত্য আব-
শ্যক। অনিয়মিতরূপে অল্পপযোগী আহার এবং আলোক ও উপযোগী
গাত্রাবরণের অভাব শিশুর পক্ষে—অত্যন্ত অপকারক, অধিক কি এই সকল
বিষয়ে সাবধান হইলে, অনেক শিশু অকাল মৃত্যু হইতে রক্ষা পাইয়া
থাকে। দূষিত বায়ু ও বদ্ধ গৃহ শিশুর যম স্বরূপ। ফলতঃ যে গৃহ পরি-
ষ্কার পরিচ্ছন্ন এবং রীতিমত প্রশস্ত, যাহাতে বিগুন্ধ পরিষ্কার বায়ু ও আলো-
কের গতি বিধি আছে, এক্ষণে শীতল শয়নাগার, গৃহের বাহিরে আবশ্যক
মত পরিচ্ছন্ন পরিধান করিয়া ভ্রমণাদি ব্যায়াম, যথেষ্ট আমোদ প্রমোদ
ও ক্রীড়া, স্বাধীনতা, পাঠশালা বা পাঠে অধিক সময় ব্যয় করা, শিশুর
কাল স্বরূপ হইয়া থাকে। আর ঔষধ অপেক্ষা শিশুর পথ্যাপথ্যেই অধিক
মনোযোগ দেওয়া আবশ্যক।

—:—:—

রোগীর পরিচর্যা।

কোন ব্যক্তি রুগ্ন হইবামাত্র তাহার সেবা-সুশ্রাবার জন্ত একজনকে প্রায়
সদা সর্বদা তাহার নিকটে থাকিতে হয়। ইয়ুরোপে এই কার্যের জন্ত
শিক্ষিত বহুদর্শী পরিচারক বা পরিচারিকাদিগকে বেতন দিয়া নিযুক্ত করা
হইয়া থাকে। কিন্তু আমাদিগের দেশে মাতা, ভগ্নী, স্ত্রী, কন্যা প্রভৃতি

আত্মীয় স্বজনরাই রোগীর সেবা সুশ্রদ্ধা করিয়া থাকেন । উৎকট পীড়া স্থলে, আত্মীয় বন্ধু কুটুম্ব বা প্রতিবেশীদিগেরও সাহায্য লওয়া হইয়া থাকে । কিন্তু রোগীর সুশ্রদ্ধা অতি গুরুতর কার্য্য ; রোগীর পরিচারক বা পরিচারিকা-দিগের কতকগুলি গুণ থাকা আবশ্যক । ইয়ুরোপে এই জ্ঞান রোগীর পরিচর্যা শিখান হইয়া থাকে । যাহারা সেই সকল শিক্ষায় পারদর্শী হয়, রোগীর শুশ্রূষায় তাহাদিগকেই বেতন দিয়া নিযুক্ত করা হয় । কিন্তু আমাদের দেশে সে রীতি নাই । সুতরাং পরিচর্য্যার দোষে অনেক সময় অমঙ্গল ঘটিয়া থাকে ।

রোগীর পরিচারক বা পরিচারিকার পক্ষে স্নেহ একটা প্রধান গুণ ; কিন্তু কেবল স্নেহে কাজ চলিবে না । বরং কেবল স্নেহে অনেক সময় অপ-কারই করিয়া থাকে । প্রায়ই দেখিতে পাওয়া যায় যে, জননী, ভগ্নী, স্ত্রী, ছহিতা প্রভৃতি আত্মীয়বর্গ রোগীর শুশ্রূষায় প্রবৃত্ত হইয়া স্নেহের অমুরোধে রোগীর আবদার অনেক সহ করেন এবং রোগীর যাহা কুপথ্য স্নেহের অমুরোধে রোগীকে তাহাই প্রদান করিয়া রোগের বৃদ্ধি করিয়া তুলেন । আর অনেক রোগে রোগীর নিকট হয় ত দিন রাত্রি সোজা হইয়া বসিয়া থাকিতে হইবে । অতএব পরিচারকের তত্পর্যুক্ত বল থাকা আবশ্যক । স্নেহের অমুরোধে, মাতা স্ত্রী প্রভৃতি আত্মীয়দিগের তাদৃশ বল না থাকিলেও এইরূপ কষ্ট স্বীকার করিয়া থাকেন বটে ; কিন্তু দুই এক দিনেই শ্রান্ত ও অসমর্থ হইয়া পড়েন । অতএব যাহাদিগের তাদৃশ শক্তি আছে, এরূপ ব্যক্তিকেই ঐ কার্য্যে নিযুক্ত করিয়া মধ্যে মধ্যে তাঁহার সাহায্য করা কর্তব্য । কিন্তু অধিক বল-বান্ ব্যক্তিকে নিযুক্ত করিবে না ; কারণ অধিক বলবান্ ব্যক্তি তাদৃশ কর্ম-পটু হয় না অর্থাৎ কাজে চালাকি প্রদর্শন করিতে পারে না ।

যে ব্যক্তি প্রকৃষ্ট স্বভাব, পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন এবং শান্তভাবাপন্ন ; যে অধিক ক্রোধ না করে, যে ব্যক্তি বুদ্ধিমান ও সতর্ক, যাহার বধিরতা, ক্ষীণ দৃষ্টি, প্রভৃতি শারীরিক দোষ নাই এবং যাহার রোগী পরিচর্য্যায় বহুদর্শিতা আছে, তাহাকেই রোগীর পরিচর্য্যায় নিযুক্ত করা কর্তব্য । রোগীর পরিচারক সর্বদা সতর্কে রোগীর অবস্থা নিরীক্ষণ করিবে ; কবিরাজ ঔষধাদির যেরূপ ব্যবস্থা

করিয়া দেন, তদনুসারে রীতিমত সেই সকল দান করিবে। এবং রোগী যাহা চাহে প্রয়োজন মত সমস্ত তৎক্ষণাৎ যোগাইবে।

যে ব্যক্তির এই সমস্ত গুণ আছে, রোগীর পরিচর্যায় তাহাকেই নিযুক্ত করিবে। ঔষধ ও পথ্যাপথ্যের জ্ঞান, সূক্ষ্মতার উপরেও রোগ শাস্তি অনেক নির্ভর করে।

রোগের অবস্থা, রোগীর স্বাস্থ্য এবং চিকিৎসকের উপদেশ এই কয়টির প্রতি দৃষ্টি রাখিয়া সূক্ষ্মতা করা আবশ্যিক। রোগ বিশেষে আবার সূক্ষ্মতার প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। যে সকল রোগে দিবারাত্র রোগীর পার্শ্বে উপস্থিত থাকিতে হয় ; সেই সকল রোগে পর্য্যায় অর্থাৎ পালাক্রমে সেবা করা ভাল। নতুবা এক ব্যক্তির দ্বারা তাহা কখনই সূচাৰুৰূপে সম্পন্ন হইতে পারে না।

রোগীর গৃহে অধিক লোক উপস্থিত হইয়া গোলযোগ করা উচিত নহে। রোগী যাহাতে সুস্থ ও শান্তভাবে অবস্থিতি করিতে পারে, তদ্বিষয়ে দৃষ্টি রাখা পরিচর্য্যার একটা প্রধান অঙ্গ তাহা যেন মনে থাকে।

স্পর্শ সংক্রামক অর্থাৎ হাম ও বসন্ত প্রভৃতি ছুঁয়াচে রোগে পরিচারক বা পরিচারিকার বিশেষরূপে সাবধান হইয়া সেবা সূক্ষ্মতা করা আবশ্যিক। নিজের শরীর রক্ষা ও অস্ত্রান্ত পরিবার মধ্যে যাহাতে সেই রোগ বিস্তার হইতে না পারে সে পক্ষেও সতর্ক হওয়া প্রয়োজন।

রোগীর মল মূত্র এবং বমি প্রভৃতিতে স্বেণা হইলে তাহা দ্বারা পরিচর্য্যা হওয়া সুকঠিন। ফলতঃ যখন রোগীর জীবন, পরিচারিকা বা পরিচারকের স্বাস্থ্য, পরিশ্রম এবং অভিজ্ঞতার উপর নির্ভর করিতেছে, তখন তাহাতে অবহেলা করা কখনই ধর্ম্য বুদ্ধির অনুমোদনীয় নহে।

কৃষকের কার্য্য ।

খাটে খাটায় লাভেব গাঁতি ।

তার অর্দ্ধেক কাঁধে ছাতি ॥

ঘরে বসে পুছে বাত ।

তার ঘরে হা ভাত ॥

চাষের পক্ষে শির্ষ লিখিত প্রবাদটী যে অলস উপদেশ তাহা সকলকেই মুক্ত কণ্ঠে স্বীকার করিতে হয় । যে ব্যক্তি নিজে পবিশ্রম করিয়া কস্মচাৰী-দিগকে খাটাইতে পারে, তাহার কৃষি কাজে সম্পূর্ণ লাভ হইয়া থাকে, আর যে কৃষক নিজে পরিশ্রম না করিয়া ছাতা মাথায় দিয়া মধ্যে মধ্যে তদারক করিয়া থাকে, তাহার অর্দ্ধেক লাভ হয় । কিন্তু যে কৃষক ক্ষেত্রাদি পরিদর্শন অথবা স্বয়ং পরিশ্রম না করিয়া এবং লোক জনকে না খাটাইয়া ঘরে বসিয়া কৃষি কার্য্যের তত্ত্ব লইয়া থাকে, তাহার চাষে লাভ হয় না, স্মতরাং চিরদিন তাহার অন্নের কষ্ট বর্তমান থাকে । এজন্ত কৃষি-কার্য্য করিতে হইলে নিজের পরিশ্রম করিতে হয় ।

কৃষকের কার্য্য অতি গুরুতর ; কৃষকের পরিশ্রম ও বিচক্ষণতার উপর চাষের লাভালাভ এবং উন্নতি ও অবনতি নির্ভর করিয়া থাকে । কিরূপ নিয়মে এবং কিরূপ কার্য্য করিলে লাভের সম্ভব তাহাতে জ্ঞান থাকা আবশ্যক । যে, যে কাজ করিয়া থাকে, তাহাতে তাহার দক্ষতা না থাকিলে হাজার পরিশ্রম কর এবং অকাতরে অর্থ ব্যয় কর কিছুতেই সে কার্য্যে লাভের মুখ দেখা যায় না । কৃষকের সচরাচর এই কয়টী বিষয়ে জ্ঞান থাকা আবশ্যক যথা—

(১) চাষাদির সময় নিরূপণ ।

(২) বীজ পরীক্ষা ।

(৩) মৃত্তিকার অবস্থা ।

(৪) সার ।

(৫) জল সেচন ।

(৬) অতি বৃষ্টি ও অনাবৃষ্টির সময় সাবধানতা ।

(৭) ক্ষেত্র পরিষ্কার।

(৮) গোঁ, মেঘাদি পশু ও পতঙ্গের আক্রমণ হইতে রক্ষা।

(৯) কৃষি-জাত দ্রব্য ও বাণিজ্য সম্বন্ধে লাভালাভ।

যে নয়টি বিষয়ের উল্লেখ করা হইল, তাহাতে কৃষকের দৃষ্টি না থাকিলে কেবলমাত্র চাষ করিলে তাহাতে লাভের কোন আশা থাকে না।

কোন সময়ে কোন শস্তের চাষ করিতে হয়, তদ্বিষয়ে দৃষ্টি না থাকিলে কোন ক্রমেই আশানুরূপ ফল লাভ হয় না। দেশের প্রকৃতি ও ঋতুভেদে চাষ আবাদ করিতে হয়; এক এক জাতীয় উদ্ভিদের এক এক প্রকার প্রকৃতি স্মরণ্য সেই সকল প্রকৃতি লক্ষ্য রাখিয়া চাষ করিলে সহজেই লাভের পথ পরিস্কৃত হইয়া আইসে। মনে কর বর্ষাকালে যে সকল চাষ আবাদ করিতে হয়, গ্রীষ্মকালে তাহার চাষ করিলে ঐ সকল উদ্ভিদ পরিপুষ্ট ও উপযুক্ত ফল প্রসবে সমর্থ হয় না। যদিও কৃত্রিম উপায়ে অসময়ে কোন কোন শস্তাদির চাষ করা হইয়া থাকে, কিন্তু সময়ের ত্রাণ তাহাতে ফলন হয় না। এজন্য চাষাদির সময় নিরূপণ করিয়া তাহাতে প্রবৃত্ত হইতে হয়।

বীজই চাষের জীবন; বীজের মধ্যেই কৃষকের লাভালাভ নির্ভর করিয়া থাকে, এজন্য বীজ সম্বন্ধে অভিজ্ঞতা লাভ করা কৃষকের একটি গুরুতর কর্তব্য। বীজ রক্ষণ, বীজ নিরূপণ এবং বীজের গুণাগুণ পরীক্ষা করিয়া চাষে প্রবৃত্ত হইতে হয়। বীজের দোষ গুণানুসারে যে, কৃষি-জাত দ্রব্যের উন্নতি অবনতি হইয়া থাকে, তাহা প্রত্যেক কৃষকের জানা আবশ্যিক। যে সকল বীজ পরিপুষ্ট, সেই সকল বীজের চাষে যেমন শস্ত হইয়া থাকে, অপুষ্ট বীজে কখনই সেরূপ হইবার সম্ভব নহে। চাষের উন্নতি করিতে হইলে অগ্রঃ বীজের উন্নতি করিতে হয়। শস্ত কিম্বা ফল বৃক্ষের চাষ করিতে হইলে বীজের মধ্যে যে সকল বীজ—অপুষ্ট, কীটযুক্ত এবং পুরাতন সেই সকল বীজ পরিত্যাগ করিয়া পরিপুষ্ট ও টাটকা বীজ লইয়া চাষ করিলে, তজ্জাত বৃক্ষাদিও যে সতেজ ও অধিক পরিমাণে ফল শস্তাদি প্রসব করিয়া থাকে, তাহা সকলেই সহজেই বুঝিতে পারেন। কণ্ঠ ও দুর্বল ব্যক্তির সন্তান যেমন তদনুরূপ হইয়া থাকে। চাষ সম্বন্ধেও যে ঠিক সেইরূপ ঘটে তাহা যেন মনে থাকে।

চাষের জন্ত বীজ বাছিয়া লওয়া আবশ্যক। চাষে দুর্বল প্রকৃতির চারা হইলে সেই সকল গাছ মারিয়া ফেলিয়া অবশিষ্ট সতেজ গাছ রাখা আবশ্যক।

মৃত্তিকার অবস্থা বুঝিয়া চাষ করা উচিত। অর্থাৎ কোনরূপ মৃত্তিকায় কোন কোন জাতি উদ্ভিদ জন্মিতে পারে তাহা জানা আবশ্যক। উদ্ভিদের প্রকৃতির সহিত মৃত্তিকার যে, অতি ঘনিষ্ঠতা সন্ধন্ধ আছে, তাহা বোধ হয় কৃষকগাজেই অবগত আছেন। কারণ বেলে, এটেল, দোঁ-আশ প্রভৃতি নানা প্রকার মৃত্তিকা দেখিতে পাওয়া যায়, বিশেষ বিশেষ মৃত্তিকায় বিশেষ বিশেষ উদ্ভিদ জন্মিয়া থাকে। যে সকল উদ্ভিদ বালুকাময় ভূমিতে জন্মিয়া থাকে, এটেল মাটিতে তাহার চাষ করিলে কখনই আশাল্লুরূপ ফল লাভ হইবে না। মৃত্তিকাই উদ্ভিদের জীবন, মৃত্তিকা হইতে উদ্ভিদের জীবন রক্ষণোপযোগী পদার্থ গ্রহণ করিয়া উহার জীবন ধারণ করিয়া থাকে। সুতরাং যে মৃত্তিকায় যে উদ্ভিদের জীবন ধারণোপযোগী পদার্থ না থাকে, সেই মৃত্তিকায় সেই জাতীয় উদ্ভিদ রোপণ করিলে তাহার কোনক্রমেই জীবন ধারণ এবং পরিপুষ্ট হইতে পারে না। এজন্য মৃত্তিকার অবস্থা বুঝিয়া চাষে প্রবৃত্ত হইতে হয়।

আহার গ্রহণ করিয়া যেমন জন্তগণ জীবন ধারণ ও দেহের পুষ্টি-সাধন করিয়া থাকে, সেইরূপ উদ্ভিদগণ মৃত্তিকা হইতে যে এক প্রকার পদার্থ গ্রহণ করিয়া জীবন রক্ষা ও দেহের পরিবর্দ্ধন করিয়া থাকে, তাহাকে উদ্ভিদের সার কহে। সকল মৃত্তিকায় সকল জাতীয় উদ্ভিদের পরিপোষণোপযোগী পদার্থ থাকে না, এজন্য ভূমিতে সার দিয়া ঐ অভাব পরিপূরিত হইয়া থাকে। কিন্তু সার সন্ধন্ধে একটি কথা আছে, অর্থাৎ সকল জাতীয় সারে সকল জাতীয় উদ্ভিদের দেহ রক্ষা হইতে পারে না। যে জাতীয় উদ্ভিদের পক্ষে যে জাতীয় সার উপযোগী কৃষক তাহা যদি বিবেচনা না করিয়া ক্ষেত্রে সার প্রদান করেন তাহা হইলে কখনই উপকার দর্শে না। মনেকর আমরা অল্প আহার করিয়া জীবন রক্ষা করিয়া থাকি, কিন্তু অল্পের পরিবর্তে তুষ প্রভৃতি অসার অংশ আহার করি, তবে কোন ক্রমেই শরীর সুস্থ থাকিবে না, অল্প দিনের মধ্যেই দেহ ভঙ্গ হইয়া পড়িবে। সেইরূপ ধাতু রোপিত ক্ষেত্রে যে সারের প্রয়োজন, তাহার পরিবর্তে যদি অন্য সার দেওয়া হয় তবে ধাতুর পক্ষে উহা

কখনই উপকারী হইবে না। এই নিমিত্ত কৃষকের কর্তব্য মৃত্তিকার অবস্থা ও উদ্ভিদের প্রকৃতি বিবেচনা করিয়া কৃষি-কার্য্য করা।

উদ্ভিদের জীবন রক্ষা করিতে হইলে জল একটা প্রধান প্রয়োজনীয় পদার্থ। জলের অভাবে প্রায় উদ্ভিদ জীবন ধারণ করিতে পারে না। বৃষ্টিপাত, শিশির সঞ্চার, মৃত্তিকা হইতে রস গ্রহণ, বায়ুর জলীয় অংশ এবং জল সেচন এই কয়টা উপায় দ্বারা জল সঞ্চারের কার্য্য হইয়া থাকে। কিন্তু তন্মধ্যে বৃষ্টির জলই অধিক উপকারী। সকল জাতীয় উদ্ভিদের পক্ষে আবার বৃষ্টির জল আদৌ উপকারী নহে। শিশিরপাত অনেক প্রকার উদ্ভিদের পক্ষে অত্যন্ত উপকার-জনক।

মৃত্তিকাভেদে ও উদ্ভিদের প্রকৃতি বুঝিয়া জল সিঞ্চনের ব্যবস্থা করিতে হয়। অর্থাৎ সজল ভূমি অপেক্ষা নীরস ক্ষেত্রে যে জল সিঞ্চনের ব্যবস্থা অধিক করিতে হয়। তদ্বিষয়ে জ্ঞান থাকা আবশ্যক। সকল জাতীয় উদ্ভিদে সমানরূপ জলের প্রয়োজন করে না। এতদ্ব্যতীত ঋতুভেদে আবার জল সিঞ্চনের অগ্ররূপ ব্যবস্থা করিতে হয়। মহর্ষিকুলতিলক পরাশর তাঁহার কৃষি-সংহিতায় নির্দেশ করিয়া গিয়াছেন, গ্রীষ্মকালে প্রাতে ও সায়াংকালে, শীতকালে একদিন অন্তর জল সিঞ্চন করিবে এবং বর্ষাকালে জল সিঞ্চনের কোন প্রয়োজন নাই; কারণ তখন সর্বদা বৃষ্টিপাতে মৃত্তিকা রসাল থাকে, সুতরাং তাহার উপর আবার জল সিঞ্চন করিলে উদ্ভিদ পচিয়া যাইবে। অতি বৃষ্টির সময় ক্ষেত্রে যাহাতে অতিরিক্ত জল সঞ্চিত হইয়া শস্তাদি পচিয়া না যায়, তজ্জন্ত জল নিকাশের উপায় করিয়া দেওয়া আবশ্যক। অনাবৃষ্টির সময় সর্বদা জল সিঞ্চন করিয়া যাহাতে মৃত্তিকা রসাল থাকে, তদপক্ষে কৃষকের দৃষ্টি রাখিতে হয়।

ক্ষেত্র পরিষ্কার রাখা কৃষকের আর একটি কর্তব্য মধ্যে পরিগণিত। কারণ ক্ষেত্রে অপরিষ্কৃত তৃণাদি জন্মিয়া জঙ্গল পূর্ণ হইলে মৃত্তিকা হইতে আবশ্যকীয় রসাদি পুষ্টিকর পদার্থ ঐ সকল আ-গাছায় গ্রহণ করিয়া বর্ধিত হয়। সুতরাং রোপিত শস্যাদির দেহ পোষণের পক্ষে ব্যাঘাত জন্মিয়া উঠে। এজন্য ক্ষেত্র সর্বদা পরিষ্কার রাখিতে হয়। ক্ষেত্রে আলোক ও বাতাস যাহাতে

সুন্দররূপ আসিতে পায় তাহার উপায় করিয়া দেওয়া আবশ্যক। অনেকে ঘন ঘন করিয়া বৃক্ষাদি বোপণ করিয়া থাকেন, শস্ত কিস্তা গাছ পালা ঘন ঘন হইলে তাহা চারি পাশে গা-মেলিয়া বাড়িতে পায় না। এজন্ত প্রায় দেখা যায়, ঘন ঘন গাছ সোকা হইয়া থাকে এবং ফসল কম হয়। দেহ রক্ষার জন্ত যেমন পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকিতে চেষ্টা করা উচিত, সেইরূপ গাছ পালার পরিষ্কার সম্বন্ধেও দৃষ্টি রাখিতে হয়। প্রায় সকলেই দেখিয়া থাকিবেন বর্ষাকালে বৃষ্টিপাতে গাছ পালা ধৌত হইলে কেমন এক প্রকার সৌন্দর্য্য ও সতেজ ভাব হইয়া থাকে। ফলতঃ ক্ষেত্র ও উদ্ভিদের অঙ্গ প্রত্যঙ্গ পবিত্রার রাখা যে, উন্নতির একটি লক্ষণ তাহা যেন কৃষকের মনে থাকে।

গো মেষাদি পশু এবং কীট পতঙ্গ, শস্ত ও বৃক্ষাদির পরম শত্রু। অতএব এই সকল শত্রুর আক্রমণ হইতে রক্ষা করা কৃষকের একটি কর্তব্য কার্য্য মধ্যে পরিগণিত। ক্ষেত্রাদি সর্বদা তত্ত্বাবধান করা এবং কোন প্রকার অনিষ্ট হইবার উপক্রম হইলে তৎক্ষণাৎ তাহা নিবারণ করা আবশ্যক। অনেক সময় দেখা যায়, কৃষকের সামান্য ক্রটি বশতঃ প্রভূত অপকার সাধিত হইয়া থাকে। সমস্ত প্রতিপালন আর গাছ পালা পালন অত্যন্ত যত্ন সাপেক্ষ। কোন প্রকার পশু যাহাতে ক্ষেত্র মধ্যে প্রবেশ করিতে না পারে তাহার ব্যবস্থা করিতে হয়। কোন প্রকার অনিষ্ট হইবার পূর্বে সেই প্রকার অনিষ্ট যাহাতে সংঘটন না হয়, তাহার ব্যবস্থা করাই বিচক্ষণ কৃষকের পরিচয়। নতুবা প্রভূত পরিশ্রম, যথেষ্ট অর্থ ব্যয় করিয়া সামান্য ক্রটি বশতঃ তাহাতে ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া অত্যন্ত পরিতাপের বিষয়। কৃষক দীর্ঘকাল ধরিয়া যে আশা ভরসা হৃদয়ে পোষণ করিয়া রাখেন, পশুতে অল্প সময়ের মধ্যে সে আশা ভরসা নিশ্চূল করিয়া দিতে পারে। এজন্ত এবিষয়ে বিশেষরূপ মনোযোগ দিতে হয়।

দেশ মধ্যে যখন যে বিষয়ের চাহ আবাদ করিতে হয়, তখন দেখা উচিত সেই ক্ষেত্রে যে ফলন হইবে, বিক্রয় দ্বারা তাহা লাভ-জনক হইবে কি না। যাহাতে লাভ নাই, তাহার চাহে ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া কখন সুপরামর্শের পরিচয় নহে। কৃষকই বাণিজ্যের ভিত্তি স্বরূপ। কৃষকের পরিশ্রম ও বিচক্ষণতার

উপরই বাণিজ্যের জীবন ; কৃষি-জাত দ্রব্য লইয়াই বাণিজ্যের খাস বায়ু নির্ভর করিয়া থাকে। এক পক্ষে যেমন কৃষি ভিন্ন বাণিজ্য চলিতে পারে না, পক্ষান্তরে আবার বাণিজ্য ভিন্ন কৃষি-জাত দ্রব্যে লাভ দেখা যায় না। কৃষি-জাত দ্রব্য বাণিজ্যে পরিণত করিলে লাভ হইয়া থাকে। কৃষি-জাত দ্রব্যের সহিত বাণিজ্যের অতি নিকটতর সম্বন্ধ। আমাদের দেশে কৃষি-কার্যের আদর নাই এবং কৃষকও তাঁহার কার্যের মৰ্ম্ম বুঝিতে পারেন না। তাহার কারণ এদেশে শিক্ষিত সম্প্রদায় প্রায় কৃষি-কার্যে প্রবৃত্ত হইয়েন না। তাঁহারা উদর-পূরণের জন্ত অল্পের পদ-দলিত হইবেন, মুষ্টি ভিক্ষার নিমিত্ত পর পদ লেহন করিবেন, লেখা পড়া শিখিয়া অধীনতার পাছকা মস্তকে বহন করিবেন সেও ভাল, তত্রাপি স্বাধীন কৃষিতে মনোনিবেশ করিবেন না। আর তাঁহাদিগের দৃষ্টির সম্মুখে চা-কর ও নীল-কর ইংরাজ কৃষকগণ কৃষি-কার্য ও তজ্জাত দ্রব্যাদি বাণিজ্যে পরিণত করিয়া যে বিপুল অর্থরাশি উপার্জন করিয়া ধন-কুবের হইতেছেন, তাহাতেও তাঁহাদিগের চক্ষু ফুটিতেছে না। ইয়ুরোপ ও আমেরিকা প্রভৃতি সুসভ্য দেশে শিক্ষিতগণ স্ফুর্জিত বুদ্ধির সহিত কৃষি-কার্যে প্রবৃত্ত হইয়া কৃষি-কার্যের যার-পর-নাই উন্নতি সাধন করিয়াছেন। ঐ সকল দেশে কৃষি-কার্যের প্রতি যেক্রপ যত্ন প্রকাশিত হইয়া থাকে, এদেশে যদি সেইরূপ যত্ন সহকারে কৃষি-কার্য অমুষ্টিত হয় তাহা হইলে যে, প্রভূত উপকার হইয়া উঠে তাহা বলা বাহুল্য।

শ্রম ও ক্লেশ সহিষ্ণু ব্যক্তিকেই কৃষি-কার্যের উপযুক্ত পাত্র। কারণ কৃষককে সর্বদাই পরিশ্রম না করিলে তাঁহার কার্য সুচারুরূপে নির্বাহিত হয় না। যাঁহারা পরিশ্রম ও ক্লেশকে ভয় করিয়া থাকেন, কৃষি-কার্য তাঁহাদিগের পক্ষে সম্পূর্ণ অমুপযুক্ত। একরূপ অমুপযুক্ত ব্যক্তি কৃষি-কার্যে প্রবৃত্ত হইলে কখনই তাঁহার ভাগ্যে লাভের মুগ দর্শন ঘটিয়া উঠে না।

১২

সশার চাষ ।

বঙ্গদেশের সকল স্থানেই সশা জন্মিয়া থাকে । মাটির গুণে ফলের আকার ও আশ্বাদন ভাল মন্দ হইয়া থাকে । সরস ক্ষেত্রে সশার চাষ করিতে হয় । খিয়ার মাটিতে গাছ করিলে যদিও ফল বড় হয় না কিন্তু আশ্বাদন উত্তম হইয়া থাকে । দৌ-আশ ও বেলে মাটির সশার ফলন অধিক ও আকার বড় হইয়া থাকে ।

মাদা করিয়া সশার বীজ রোপণ করিতে হয় । চৈত্র মাসের শেষ হইতে জ্যৈষ্ঠের এক গুরু পর্য্যন্ত বীজ রোপণের উপযুক্ত সময় ।

এক একটা মাদায় এক ঝুড়ি গোবরের সার দিলে ভাল হয় । সার না দিলেও তত ক্ষতি হয় না । পূর্ব দিন বীজ জলে ভিজাইয়া পর দিন রোপণ করিবার নিয়ম । পরিপুষ্ট বীজই রোপণে উপযুক্ত । এক একটা মাদায় তিন চারিটির অধিক চারা রাখা উচিত নহে । মাদাতে প্রথমে পাঁচ ছয়টা বীজ রোপণ করিতে হয় । অধিক পরিমাণে বীজ রোপণ করিবার তাৎপর্য্য এই যে, চারার মধ্যে যে সকল নিস্তেজ দেখা যায়, তাহা তুলিয়া ফেলিয়া মতেজ চারা রাখিতে হয় । নিস্তেজ গাছে অধিক ফল ধরে না এবং শীঘ্র গাছ মরিবার সম্ভব ।

মাদাতে এক একটা বীজ লম্বাভাবে পুতিতে হয় । বীজ পুতিয়া তাহার উপর খুরা মাটি আলগাভাবে ছড়াইয়া বীজ ঢাকিয়া দিতে হয় । কারণ উহা ঢাকিয়া না দিলে পাখীতে বীজ তুলিয়া থাইয়া ফেলে । বীজ রোপণের পর হুইতেই মধ্যে মধ্যে মাদায় জল দিতে হয় । অনন্তর চারা বড় হইলে অর্থাৎ যখন ডগা ছাড়িতে আরম্ভ করে, তখন তাহাতে লম্বা বাথারি কিম্বা ভাল পালা ধরাইয়া দিতে হয় । এবং বাথারির উপর মাচা করিয়া সেই ক্ষাচাতে বাথারি লাগাইয়া দিলে গাছ গা-মেলিয়া চারিদিক বিস্তারিত হইতে থাকে ।

সশার চারার অবস্থায় অনেক প্রকার বিষ চটিয়া থাকে । এক প্রকার পোকায় ডগা পাতা কাটিয়া দেয় ; পিপীলিকা ধরিয়া চারার অনিষ্ট সাধন

করে। এজন্ত ছাই, হরিদ্রার গুঁড়া এবং হাঁকর জল দিলে ঐ সকল উৎপাত নিবারণ হইয়া থাকে।

সাত আট মাসের অধিক সশার গাছ জীবিত থাকিয়া ফল দেয় না। বীজ পুতিবার অগ্র পশ্চাৎ নিয়মানুসারে কার্তিক মাস পর্য্যন্ত ফল ধরিয়া থাকে।

বর্ষার সময় যে ফল ধরিয়া থাকে, তাহা অপেক্ষা শিশিরের সময় ফল ফলিলে তাহা অতি সুস্বাদু হইয়া থাকে। কিন্তু আকার ছোট হয়।

এই সশাকে পালা সশাও कहিয়া থাকে। পালা সশা দুই জাতি অর্থাৎ কাল ও শাদা। আবার শাদা সশাকে ছদে সশাও कहিয়া থাকে। এই উভয় জাতীয় সশার রোপণাদি সম্বন্ধে কোন প্রভেদ নাই। কচি সশা জল-পানে সুখাদ্য, কিন্তু পাকা সশা থাইতে ভাল নহে। সশা দ্বারা অনেক প্রকার ব্যঞ্জন প্রস্তুত হইয়া থাকে।

গাছের প্রথম ফল অর্থাৎ প্রথমে যে সকল সতেজ ফল ফলিয়া থাকে, তাহার মধ্যে যেটা বেশ তেজাল সেইটাই বীজের জন্ত রাখিতে হয়।

বৈদ্য-শাস্ত্রে সশার গুণ যথা; রুচ্যত্ব, মধুবত্ব, শিশিরত্ব, গুরুত্ব, শ্রম, পিত্ত, বিদাহ, আর্তিনাশিত্ব এবং বহু মূত্রদত্ত্ব।

পিপারমেণ্টের চাষ।

ইহা এক প্রকার শাক বিশেষ। পিপারমেণ্টের পাতা অত্যন্ত জারক, পেটের পীড়ায় উহা ব্যবহার করিলে বিশেষরূপ উপকার হইয়া থাকে।

পিপারমেণ্টের চাষ আবাদ অতি সহজ। এমন কি মনে করিলে প্রত্যেক গৃহস্থই উহা স্ব স্ব আবাস বাটীতে রোপণ করিতে পারেন।

বৎসরের মধ্যে সকল সময়ই উহার চাষ আবাদ হইতে পারে। শিকড় কাটিয়া রোপণ করিলে চারা জন্মিতে পারে। যে স্থানে পিপারমেণ্ট রোপণ করিতে হয়, অগ্রে তথায় চাষের উপযুক্ত মৃত্তিকা প্রস্তুত করা আবশ্যক। প্রথমে একটা স্থানে কতকগুলি কাঁকর কিম্বা খোলার কুচি ছড়াইয়া দিয়া

তাহার উপর বালি আঁশযুক্ত মাটি উচু করিয়া দিবে। পরে সেই টিপির উপর পিপারমেন্টের শিকড় কাটিয়া রোপণ করিলেই গাছ হইয়া উঠিবে। ক্ষেতে মধ্যে মধ্যে জল সেচন করিলে ভাল হয়। মূলে তৃণাদি আগাছা হইলে তাহা তুলিয়া ফেলিতে হয়। চাষ আবাদে পক্ষে অল্প কোন প্রকার নিয়ম নাই।

পিপারমেন্টের ত্রায় পুদিনা শাকেরও চাষ আবাদ কবিত্তে হয়। পুদিনা যে, অত্যন্ত হজমী তাহা বোধ হয়, অনেকেই অবগত আছেন। পুদিনা দ্বারা মুগ-প্রিয় অথচ উপকারী চাটনী প্রস্তুত হইয়া থাকে।

চৈ ।

ইহার লতা জাতীয় গাছ হইয়া থাকে। মূল তরকারীতে ব্যবহার হয়। গাছের ধরণ অনেকটা পান লতার গাছের ত্রায়। চৈ যখন ডগা ছাড়িতে থাকে, তখন বড় বড় গাছে, তাহা তুলিয়া দিতে হয়। চৈ আবাদ করিতে অল্প প্রকার সার প্রয়োজন করে না, গাছের মূলে কেবলমাত্র ছাই ঢালিয়া দিলেই গাছ সতেজ হইয়া উঠে। যে স্থানে সর্বদা রোজ লাগে, এক্রপ স্থানে গাছ ভাল হয় না। ছায়াযুক্ত জমিতে উহার উত্তম চাষ আবাদ হইয়া থাকে।

গাঁইট সমেত লতার কিছু অংশ কাটিয়া ভূমিতে রোপণ করিলেই গাছ হইয়া থাকে। চৈ আহারে কটু স্বাদযুক্ত।

পুদিনা ।

চাটনী জন্ত পুদিনার অত্যন্ত আদর। পুদিনা বেশ জারক। সামান্য যত্নে এই শাক জন্মিয়া থাকে। বিলাতে বিনা চাষে স্বাভাবিক জন্মিতে দেখা যায়।

টবে ও ক্ষেত্রে উভয় স্থানেই পুদিনা জন্মিয়া থাকে। পুদিনার চাষ করিতে হইলে কঁকর, ভাজা খোলা এবং ইটের কুচি নীচে পাতিয়া তাহার

উপর বেলে মাটা দিতে হয়। উহা একটু উচু হইলে ভাল হয়। এই মাটির উপর পুদিনার ডগা কিম্বা শিকড় কাটিয়া পুতিয়া দিলেই পুদিনা জন্মিয়া থাকে। পুদিনা গাছে মধ্যে মধ্যে জল দিতে হয়।

প্রতি গৃহস্থের গৃহে দুই একটা ঝাড় পুদিনার গাছ রোপণ করিয়া রাখা ভাল। কারণ উহা দ্বারা আহার ও ঔষধ উভয় প্রকার কার্য সাধিত হইয়া থাকে।

পুঁই শাক ।

গৃহস্থ গৃহে বিনা যত্নে পুঁই জন্মিয়া থাকে। বৈশাখ ও জ্যৈষ্ঠ মাসে পুঁই পুতিতে হয়। গোবরের সার হইলেই উত্তম পুঁই জন্মিয়া থাকে। এজন্য প্রত্যেক মাদার এক ঝুড়ি গোবরের সার দিয়া তাহাতে চারি পাঁচটা বীজ রোপণ করিতে হয়। চারা বড় হইলে মাচা কিম্বা চালে উহার ডগা তুলিয়া দিতে হয়। মধ্যে মধ্যে গাছের গোড়া খুসিয়া এবং তৃণাদি পরিকার করিয়া দিলেই উহার পাইট করা হইল। তত্ত্বিন্ন অন্য কোন প্রকার পাইট প্রয়োজন হয় না। পুঁইয়ের ডগা যত কাটা যায়, ততই উহা বাড়িয়া উঠে।

কলার আবাদ ।

কলার-চাষে বিলক্ষণ লাভ হইয়া থাকে। কলার পাতা, খোড়, মোচা এবং ফল সমুদায়ই আর-জনক। এজন্য দেশ মধ্যে একটা প্রবাদ শুনিতে পাওয়া যায়।

কলা রুয়ে না কেট পাত ।

তাইতে কাপড় তাইতে ভাত ॥

বাস্তবিক একটা কলা বাগান দ্বারা একটা গৃহস্থের আবশ্যকীয় বস্ত্র নির্বাহ হইতে পারে। তবে যে পাতা কাটিতে নিষেধ বিধি দেখিতে পাওয়া যায়, তাহার কারণ এই, পত্র কাটিলে গাছে ফল ধরিতে বিলম্ব হইয়া থাকে। পাতা অপেক্ষা ফল বিক্রয় দ্বারা লাভ অধিক হয়।

বঙ্গদেশের মধ্যে অধিকাংশ স্থানেই কদলী জন্মিয়া থাকে, তবে সকল স্থানে ফলন সমান হয় না। মাটির দোষ গুণানুসারে যে, এইরূপ ফলনের তারতম্য হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন। তোলা মাটিতেই কলার চাষ উত্তম হইয়া থাকে। এক্ষণ প্রায় দেখা যায়, পুষ্করিণী প্রভৃতি খাদ করিয়া সেই তোলা মাটিতে কলার চাষ করিলে যেমন ফলন হইয়া থাকে, অত্র স্থানে সেরূপ হয় না।

যে মৃত্তিকা রস হীন, শুষ্ক এবং বালুকাময় তথায় ভালরূপ গাছ হয় না। যদিও গাছ হইয়া থাকে, কিন্তু গাছের বৃদ্ধি এবং ফলন সামান্যরূপ হইয়া থাকে।

বৎসরের মধ্যে সকল সময় কদলী রোপণের পক্ষে প্রশস্ত নহে। বৈশাখ হইতে শ্রাবণ মাস পর্য্যন্ত কলার চাষের ঠিক উপযুক্ত সময়। বোধ হয় তজ্জন্ত চাবারা কহিয়া থাকে।

ডাক ছেড়ে বলে রাবণ।

কলা পোত আষাঢ় শ্রাবণ ॥

সকল প্রকার চাষেরই এক একটি নির্দিষ্ট সময় আছে, সেই সময়ের প্রতি লক্ষ্য রাখিয়া চাষ করিলে লাভের আশা করা যাইতে পারে। কলার বাগান করিতে হইলে চারি ধারে পগার দিয়া ক্ষেত্রে এক হাত উচ্চ করিয়া মাটি ফেলিতে চর। পরে সেই মাটি ভাঙ্গিয়া জমি তৈয়ার করিতে হয়। মাঠে কলার আবাদ করিতে হইলে লাঙ্গল দিয়া ভূমি কর্ষণ করিয়া লইলে ভাল হয়।

ভূমি প্রশস্ত হইলে শারি করিয়া গাছ রোপণ করা উচিত। কলার ছোট ছোট তেউড় অর্থাৎ চারা তুলিয়া আনিয়া পুতিতে হয়। রোপণের পর চারা লাগিয়া গেলে গাছের গোড়া কাটিয়া জমিতে একবার চাষ দেওয়া ভাল। এইরূপ কাটিবার তাৎপর্য্য এই যে, তদ্বারা গাছ ছোট ছোট হইয়া থাকে এবং উহা বেশ ঝাড়ল হইয়া উঠে। গাছের স্বাস্থ্য অনুসারে যে, ফলন নির্ভর করিয়া থাকে, তাহা যেন মনে থাকে।

প্রথমে একটা তেউড় পুতিলে পরে তাহার মূল হইতে আবার চারা

বাহিব হইয়া কলার ঝাড় হইয়া থাকে । কিন্তু প্রত্যেক ঝাড়ে অধিক গাছ রাখা উচিত নহে । সচরাচর দেখা যায়, প্রায় পাঁচ বৎসর পর্য্যন্ত কলা বাগান বেশ তেজাল থাকে, তাহার পর উহা হীন-তেজ হইয়া পড়ে । তখন ফলন অধিক হয় না । এজন্ত ক্রমান্বয়ে এক স্থানে চাষ না করিয়া স্থান পরিবর্তন অথবা ক্ষেত্রস্থ সমুদায় গাছ মারিয়া পুনর্বার তাহাতে মাটি তুলিয়া নূতন নূতন চারা রোপণ করা ভাল ।

ঝাড়ের মধ্যে যে গাছটিতে ফল ধরিয়া থাকে, ফল পাকিলে ঐ গাছের মূল সমেত উৎপাটন করিয়া ফেলা উচিত ।

কোন কোন গাছের ফলে এক প্রকার কাল কাল দাগ দেখিতে পাওয়া যায়, অনেকেই তাহাকে “মশা খাওয়া” কহিয়া থাকে ; বাস্তবিক তাহা মশা খাওয়ার জন্ত দাগ হয় না ; যে সকল গাছের গোড়ায় অপরিষ্কার তৃণাদি জন্মিয়া থাকে, সেই সকল গাছের ফলে ঐরূপ দাগ হইতে দেখা যায় । ফলতঃ গাছের ভালরূপ পাইট করিলে ঐরূপ হইবার কোন কারণ থাকে না ।

অগ্রাগ্র চাষের স্থায় কলার চাষেও জমিতে সার দিতে হয় । বোধ মাটি ও ছাই কলার পক্ষে উত্তম সার । এজন্ত গাছ পুতিবার সময় বোধ মাটির সার দিয়া উহা রোপণ করিতে হয় এবং মধ্যে মধ্যে গাছের মূলে ছাই দিলে গাছের তেজ বৃদ্ধি হইয়া থাকে ।

কলা বৎসরের মধ্যে সকল সময়ই ফলিয়া থাকে, কিন্তু সকল সময় উহা সুস্বাদু হয় না । গ্রীষ্ম হইতে বর্ষা পর্য্যন্ত উহার যেমন আশ্বাদন হইয়া থাকে শীত কালের ফলে সেরূপ আশ্বাদন হয় না ।

বাগান ভিন্ন গৃহস্থের গৃহে ছুই এক ঝাড় কলার গাছ থাকিলে সর্বদা উপকারে লাগিয়া থাকে । এজন্ত আবাস বাটীর নিকট কোন একটি স্থান নির্দিষ্ট করিয়া তথায় উহা রোপণ করা উচিত । বিশেষ যত্ন না করিয়া অমনি পুতিয়া দিলেও কলার গাছ হইতে পারে । কিন্তু অযত্ন করিলে আশানুরূপ ফল লাভ হয় না ।

কলা ছুই প্রকার অবস্থায় আমাদের ব্যবহারে লাগিয়া থাকে ; অর্থাৎ কোন কোন জাত কাঁচা অবস্থায় ব্যঞ্জনে লাগিয়া থাকে, অপর কতকগুলি

সুপক হইলে খাদ্যে ব্যবহার হইয়া থাকে । এই ফল অতি সুখাদ্য স্মৃষ্টি । কাঁচকলা অতি পুষ্টিকর তরকারী ।

নানা জাতি কদলী দেখিতে পাওয়া যায় । কিন্তু বঙ্গদেশের সকল স্থানে ঐ সকল চাষ হয় না । কোন জাতীয় কদলী প্রায় এক হাত পর্য্যন্ত লম্বা হইয়া থাকে । কলার মধ্যে যে সকল কলা উৎকৃষ্ট তৎসমুদায়ে প্রায়ই বীজ বা বিচি হয় না । মর্ন্তমান, অল্পপম, রামকলা, মানভোগ, চম্পক বা চাঁপা, চিনি চাঁপা, কনাইবাণী, মোহনবাণী, পিনাং প্রভৃতি কদলী অতি উপাদেয় এবং বীজ-শূন্য ।

আর কতকগুলি পক অবস্থায় ব্যবহৃত হইয়া থাকে, কিন্তু তাহাদিগের আস্থাদন তত ভাল নহে এবং ফলে বীজ দেখিতে পাওয়া যায় ।

এতদ্ভিন্ন কাঁচকলা প্রভৃতি যে সকল কলা বাগানে ব্যবহার হইয়া থাকে, তৎসমুদায় পাকিলে ভাল লাগে না । ফলতঃ উহা তরকারীর পক্ষেই ভাল ।

কোন কোন জাতীয় কদলী হিন্দুদিগের নিকট অতি পবিত্র জ্ঞানে দৈব-কার্য্যে ব্যবহৃত হইয়া থাকে ।

বৈদ্যক মতে পক কদলীর গুণ যথা—কষায়ত্ব, মধুরত্ব, বলকারিত্ব, শীত-লব্ধ, পিত্তনাশিত্ব, সদ্যঃ শুক্র বিবর্দ্ধনত্ব, ক্রম-তৃষ্ণা-হরত্ব, কাস্তি দাতৃত্ব । কফা-মথকারিত্ব ।

সামান্য ব্যয়ে এবং সামান্য পরিশ্রমে কলার চাষ হইয়া থাকে । বিশেষ-মতঃ গৃহস্থদিগের উহা যেমন নিত্য ব্যবহারে লাগিয়া থাকে, তাহাতে উহার চাষে অবহেলা করা কখনই উচিত নহে ।

—:~:—

অশ্ব শাসন ।

অশ্ব যেকদপ আমাদের উপকারী পশু তাহাতে তাহাব প্রতি দণ্ডবিধান করা কোনমতেই উচিত নহে । তবে কেহ কেহ ছষ্ট স্বভাব অশ্বকে বশীভূত করিতে নানা প্রকার দণ্ড দিয়া থাকেন । কিন্তু আমাদের বিশেষনায দণ্ড না দিয়া সংব্যবহার করিলে অতি সহজেই অশ্ব বশীভূত হইয়া থাকে । ফলতঃ কথায় কথায় অশ্বকে কশাঘাত না করিয়া অগ্রে সংব্যবহার দ্বারা

তাহাকে বশীভূত করিতে চেষ্টা করিয়া দেখা উচিত। এবং যখন দেখা যাইবে সাধু ব্যবহারে তাহার দোষ সংশোধন হইবার কোন উপায় নাই, তখন তাহাকে কশাঘাত করিয়া বশীভূত করিতে চেষ্টা করিবে। নতুবা সামান্য দোষ-জনিত অপরাধে সর্বদা প্রহার করিলে অশ্বের স্বভাব মন্দ হইয়া উঠে।

কোন প্রকার অপরাধ জন্ত অশ্বকে প্রহারের প্রয়োজন হইলে তাহাও আবার তাহার অঙ্গ প্রত্যঙ্গ বিবেচনা করিয়া প্রহার করা উচিত। যে যে অপরাধে অশ্বকে প্রহার করিবার ব্যবস্থা আছে, সাধারণের অবগতি জন্ত নিম্নে সেই সকল দোষ উল্লেখ করা হইল।

(ক) আরোহীর ইচ্ছার বিপরীত বল প্রকাশ করিলে।

(খ) ভয় বা ছষ্টামী করিয়া নির্দেশিত পথে গমন কবিত্তে অনিচ্ছা প্রকাশ করিলে।

(গ) হেঁসা রব করিলে।

(ঘ) ক্রোধ বশতঃ উদ্ধতভাব প্রকাশ করিলে।

(ঙ) গমনকালে উন্নত ভাব অবলম্বন করিলে।

(চ) যথোপযুক্তরূপে আরোহীর আজ্ঞানুবর্তী না হইলে।

যে কয়েকটি অপরাধ উল্লেখ করা হইল, এই সকল অপরাধে অশ্বকে প্রহার কবিত্তে আবশ্যক হইয়া উঠে। কিন্তু আবশ্যক হয় বলিয়াই যে, নির্দয়রূপে প্রহার করিতে হইবে তাহাও কর্তব্য নহে।

অশ্ব যখন আরোহীর ইচ্ছার বিরুদ্ধে বল প্রকাশ করিতে থাকিবে, তখন তাহার জানুদ্বয়ে প্রহার করিলে তাহার সে দোষ ঘৃণিয়া যাইবে।

আরোহী যখন দেখিবেন অশ্ব ক্রোধ প্রকাশ করিতেছে; তখন তাহার বক্ষঃস্থলে প্রহার করিবেন, তাহা হইলে সে শান্তভাব ধারণ করিবে।

ভয়প্রাপ্ত হইলে অশ্বের পশ্চাৎ ভাগে প্রহার করিতে হইবে।

উন্নতভাব হইলে তাহার উদরে প্রহার করিয়া তাহার সে দোষ পরিত্যাগ করিতে চেষ্টা করিতে হইবে।

আর গমনকালে অশ্ব উদ্ধমুখ হইয়া উঠিলে তাহার মুখে আঘাত করিতে হয়।

অশ্বকে হেঁসারব করিতে দেখিলে তাহার মস্তকে প্রহার করিয়া সেই দোষের পবিহার চেষ্টা করিবে। কিন্তু এবিষয়ে মতভেদ দেখিতে পাওয়া যায়।

জযদন্ত কৃত প্রাচীন সংস্কৃত গ্রন্থে উক্ত অপরাধে মস্তকে প্রহার করিতে বিধান আছে, কিন্তু আধুনিক ইয়ুরোপীয়দিগের মতে অশ্বের মস্তকে কোন প্রকার আঘাতের ব্যবস্থা নাই, তাঁহাদিগের মতে কোন প্রকার অপরাধেই অশ্বের মস্তকে আঘাত করা উচিত নহে। কারণ মস্তকে আঘাত করিলে তাহার মস্তিষ্কে আঘাত লাগিয়া বুদ্ধি বিচলিত হইতে পারে।

অনেকের মনে একপ ধারণা যে, অশ্বকে গুরুতর আঘাত করিলেই সে সহজে বশীভূত হইয়া আসিবে। এই কুসংস্কারে অনেকেই অশ্বের চরিত্র দুষিত করিয়া তুলেন। যে যে অপরাধে অশ্বের যে যে অঙ্গে প্রহাৰের নিষিদ্ধ উল্লেখ করা হইল এতদ্ব্যতীত তাহার অঙ্গ কোন অঙ্গে কোন অপরাধের জন্য প্রহার করিলে কোন ফলোদয় হইবে না।

অশ্বকে শিক্ষা দিলে মানুষের হায়া অনেক বিষয় শিখিতে পারে। কিন্তু সেই শিক্ষা বহু, অধ্যবসায় এবং ভালবাসা সাপেক্ষ। অনেকেই দেখিয়া থাকিবেন, মার্কসে অর্থাৎ অশ্ব ক্রীড়ায় যে সকল অশ্ব শিক্ষা প্রাপ্ত হইয়া থাকে, তাহারা কেমন চমৎকার সুশিক্ষার পরিচয় দিয়া থাকে। কিন্তু যদি কেবলমাত্র প্রহারের উপর ঐ শিক্ষা নির্ভর করিত তাহা হইলে কখনই তাহারা ঐ প্রকার শিক্ষা লাভ করিতে পারিত না। সংবাবহাবই যে, শিক্ষার প্রধান উপায় তাহা মনে করিয়া শিক্ষা দিতে হয়। অশ্ব অত্যন্ত প্রভু-ভক্ত; সুতরাং প্রভু তাহার প্রতি যেরূপ ব্যবহার করিবেন, সেও সেইরূপ আচরণ করিবে তাহা যেন মনে থাকে।

অশ্ব কোন প্রকার অপরাধ করিতে উদ্যত হইলে দেখা উচিত, কি কারণে সে সেইরূপ অনুষ্ঠান করিতে উদ্যত হইয়াছে। যে কারণে সেইরূপ অনুষ্ঠান করিতেছে, অগ্রে যদি সেই কারণ নিবারণ করা যায়, তবে অনেক স্থলে আদৌ প্রহারের প্রয়োজন হয় না। কোন কোন স্থলে একপ দেখা যায়, অত্যন্ত আহাৰ প্রাপ্তি কিম্বা সাধ্যাতীত কার্যে অশ্বকে নিযুক্ত করিলে তাহা

দ্বারা সে কার্য সুচারুরূপে সম্পন্ন হইয়া উঠে না, সুতরাং সেরূপ স্থলে তাহাকে প্রহার করা নিতান্ত নিষ্ঠুরের কার্য্য। ফলতঃ অশ্বের প্রতি কোন প্রকার অবৈধ ব্যবহার করা উচিত নহে।

সাধারণতঃ দুই শ্রেণীর অশ্ব দেখিতে পাওয়া যায়। এক শ্রেণী অতি উৎকৃষ্ট অপর শ্রেণী নিতান্ত নিকৃষ্ট। উত্তম জাতীয় অশ্বকে প্রায়ই কোন প্রকার প্রহারের প্রয়োজন হয় না। নিকৃষ্ট জাতীয় অশ্বকে প্রহার করিতে হয়। এজন্য কোন অশ্ব কোন শ্রেণীর তাহা অগ্রে জানা আবশ্যক। ভাল জাতীয় অশ্বকে প্রহার করিলে তদ্বারা কুফলই ফলিয়া থাকে।

অশ্বের শারীরিক অবস্থা ও কার্য্য ক্ষমতা প্রভৃতি বিবেচনা করিয়া প্রহারের ব্যবস্থা করা উচিত। ফলতঃ কেবলমাত্র প্রহারের উপর যে, অশ্বের উন্নতি অবনতি নির্ভর করে না, তাহা মনে রাখিয়া অশ্বের শাসন বিধান করা আবশ্যক।

অশ্বের শয্যা রচনা।

অশ্বের শ্রান্তি দূর ও শরীর পরিস্কারের জন্ত শয্যা প্রস্তুত করিয়া দিতে হয়। ভালরূপ শয্যা রচনা করিয়া না দিলে অশ্ব ধূলাতে অবলুষ্ঠিত হইয়া শরীর ময়লা করিয়া থাকে। অপরিষ্কৃত দেহে সুনিদ্রা হয় না। এজন্য প্রতিদিন সন্ধ্যাকালে অশ্বের শয্যা রচনা করিয়া দিতে হয়। শয্যার জন্ত শুষ্ক অথচ কোমল তৃণই প্রশস্ত।

উল্লিখিত তৃণাদি দ্বারা অন্যান্য সাত ইঞ্চি পুরু করিয়া শয্যা প্রস্তুত করিয়া দিতে হয় ; অনেক অশ্বপালককে দেখা যায়, তাহারা কোন ঐক্যর যত্ন না করিয়া কতকগুলি তৃণ অর্থাৎ ঘাস ও বিচালী প্রভৃতি ছড়াইয়া দেয় কিন্তু তদ্বারা অশ্বের আরাম বোধ হয় না। এজন্য যে স্থানে অশ্ব মস্তক রাখিয়া থাকে, সেই স্থান এবং উভয় পার্শ্ব কিঞ্চিৎ উন্নত করিয়া মধ্য ও পশ্চাৎ স্থল অল্প ঢালু করিয়া দিলে ভাল হয়।

পূর্ব রাত্রে অশ্ব যে শয্যায় শয়ন করিয়া থাকে, পরদিন প্রাতে তাহা তুলিবার সময় যে সকল অংশ ময়লা হয়, তাহা পরিত্যাগ করিবে।

এবং অবশিষ্ট পরিকৃত তৃণাদি তুলিয়া রোদ্রে শুকাইয়া শয্যার জন্ত রাখিতে হয়। এইরূপ নিয়মে প্রতিদিন শয্যা রচনা ও তুলিতে হয়।

মুঁয়াতা ঘরে অশ্ব থাকিলে শয্যা সম্বন্ধে বিশেষ দৃষ্টি রাখিতে হয়। উৎকৃষ্ট জাতীয় অশ্বের মূল্য নিতান্ত সামান্য নহে; একরূপ মূল্যবান উপকারী পশুর জীবন সুরক্ষা করিবার জন্ত তাহার স্বাস্থ্যের প্রতি সর্বদা দৃষ্টি রাখিতে হয়।

মুষ্টিযোগ।

আমাশয়।—ডালিমের খোসার গুঁড়া ও জিরা সমান পরিমাণে সেবন করিলে, রক্ত আমাশয় ভাল হয়।

আদা ও কাল তুলসী বাটিয়া সম পরিমাণ তিনটা বটাকা করিয়া প্রাতে, মধ্যাহ্নে ও অপরাহ্নে হীম জলের সহিত সেবন করিবে।

আধ তোলা কাশীর চিনি ও আধ তোলা উত্তম ধূপ চূর্ণ একত্র মিশাইয়া, দুই তিন দিন সেবন করিলে আমাশয় ভাল হয়।

খালি পেটে কচি তৈলপাতার ঝোল আধপোয়া, দুই তিন দিন সেবন করিবে।

ছাগ হৃৎ ও জামপাতার রস প্রত্যেক এক ছটাক মাত্রায় দুই তিন দিন খাইবে।

কুর্চির ছাল এক তোলা, দাড়িমের ছাল এক তোলা, শাচি শাক এক তোলা, পুরাতন আমশি এক তোলা, আধসের জলের সহিত সিদ্ধ করিয়া আধপোয়া থাকিতে নামাইয়া, প্রাতে ও বৈকালে মধুর সহিত সেবন করিবে।

একপোয়া ঘোলের সহিত সিকি তোলা আফুলা মানকচুর শিকড় পেশন করিয়া সেবন করিবে; এইরূপ দুই তিন দিন খাইবে।

খানকুনি পাতার রস পাথরে লইয়া তাহাতে একটা জায়ফলের খানিকটা ঘর্ষণ করিয়া অন্ন অহিফেণ মিশাইয়া নাতীর চারিদিকে প্রত্যহ

৩।৪ বার প্রলেপ দিলে, পেটের বেদনা ভাল হয় ; আমাশয় ও রক্ত আমাশয়েও বিশেষ উপকারী ।

পায়ের গোড়ালি বা পায়ের তলায় অত্যন্ত বেদনা হইলে, গরম উনানে বা গরম ইটের উপর পা চাপিয়া ধরিলে ভাল হয় ।

রক্তস্রাবে ও বন্ধ কাশে যজ্ঞ ডুমুর ও পুরাতন দেশী কুমড়া ঘূতে ভাজিয়া থাইলে উপকার হয় ।

উৎকাশি হইলে তেজপত্র তামাকের তায় সাজিয়া থাইলে উপকার দর্শে ।

পিঁপুলের জড়, আধসের জল ও অন্ন মিছরির সহিত সিদ্ধ করিয়া আধপোয়া থাকিতে নামাইয়া সন্ধ্যার পর একবার থাইবে, দুই তিন দিন থাইলে উৎকাশি ভাল হয় ।

লবঙ্গ থৈ করিয়া উত্তমরূপ চূর্ণ করিবে এবং মধ্যে মধ্যে জিহ্বায় রাখিবে ।

গুট, পিঁপুল, মরিচ একত্র সিদ্ধ করিয়া প্রত্যহ সন্ধ্যার পর থাইবে, ২।৩ দিনেই উৎকাশি ভাল হইবে ।

ভূঁই কুমড়ার মূলবাটা গব্য হৃৎকের সহিত মিশাইয়া সেবন করিলে স্তনের হ্রস্ব বৃদ্ধি হয় । মহা স্নানরীর মূলেও ঐরূপ উপকার হইয়া থাকে ।

বাধক বেদনা।—ছোলঙ্গ লেবুর রস থাইলে বাধক ভাল হয় ।

ঋতুকালে পাণি শিউলির মূল বাটিয়া সেবন করিলে উপকার হয় ।

অনন্তমূলের মূল, রক্তশালী ও তণ্ডুল বাটিয়া কাঁজি ও হৃৎকের সহিত ঋতুর সময় সেবন করিলে বাধক বেদনা সারিয়া থাকে ।

বাত।—এক হাঁড়ি জলে এক সের গোলআলু সিদ্ধ করিয়া সেই জল গরম থাকিতে থাকিতে তাহাতে বেতো অঙ্গ ডুবাইয়া রাখিবে, পরে সেই অঙ্গ চাকিয়া নিদ্রা গেলে বাত ভাল হয় ।

ঘোলের সহিত কোতরা গুড় মিশাইয়া সেবন করিলে বাতের উপকার হয় ।

ঈশ্বর মূল ২১ একুশটি মরিচের সহিত কিছু দিন সেবন করিলে বাতের উপশম হইয়া থাকে ।

প্রসব।—শিরীষের মূল, বাকসের মূল অথবা নিসিন্দার মূল ইহার মধ্যে যে কোন মূল উপাড়িয়া আনিয়া কোমরে বাঁধিলে শীঘ্র প্রসব হয়।

কাটা ও আঘাতজনিত রক্ত স্রাব।—গঁদ বা বাবলার আঠার গুঁড়া লাগাইয়া দিলে রক্ত বন্ধ হয়।

ফট্কিরির গুঁড়া লাগাইয়া দিলেও রক্ত পড়া বন্ধ হয়।

তামাকের পাতা লাগাইয়া দিলেও রক্ত থামিয়া যায়।

ডিমের ভিতর যে শাদা পর্দা থাকে, তাহাও কাটা স্থানে লাগাইয়া দিলে রক্তস্রাব থামিয়া যায়।

বাগ ভেরাণ্ডার আটা দিলে রক্ত বন্ধ হয়।

জৌক ধরিলে এবং দাঁত পড়িলে রক্তস্রাবের পক্ষেও এই সকল ঔষধ অত্যন্ত উপকারী।

মাথা গরম।—মাথা গরম অর্থাৎ মস্তক হইতে এক প্রকার তাপ নির্গত ও জ্বালা বোধ হইলে আমলা যুতে সামান্যরূপ ভাজিয়া তাহা জলে কাদার ছায় বাটিয়া মাথায় প্রলেপ দিলে আরাম হয়।

কোন কোন স্থলে আমলা আদৌ না ভাজিয়া কেবলমাত্র জলে বাটিয়া প্রলেপ দিলেও উপকার হইতে পারে।

ঘুতকুমারী গাছের শাঁস মাথায় প্রলেপ দিলেও উপশম হইয়া থাকে।

মাথার গরম নিবারণের পক্ষে শীতল জলের পটিও বিশেষ উপকারজনক।

চুলকানি।—খেত চন্দন বাটিয়া তাহাতে তেঁতুল গুলিবে, এই তেঁতুল গুলি চুলকানি নাশের পক্ষে বিশেষ উপকারী।

নারিকেল তৈলে কপূর মিশাইয়া অল্প পরিমাণে গরম করিয়া মাথিলে চুলকানি ভাল হয়।

নারিকেল তৈলে অল্প পরিমাণে গাজা ও চালমুগারার ফলের খোসা দিয়া আওণে খুব ফুটাইতে হইবে। অনন্তর অল্প গরম থাকিতে থাকিতে মাথিলে চুলকানি ও খোস বা পাচড়া ভাল হইবে।

গাত্রে গো মূত্র মাথিলেও চুলকানি ভাল হয়।

